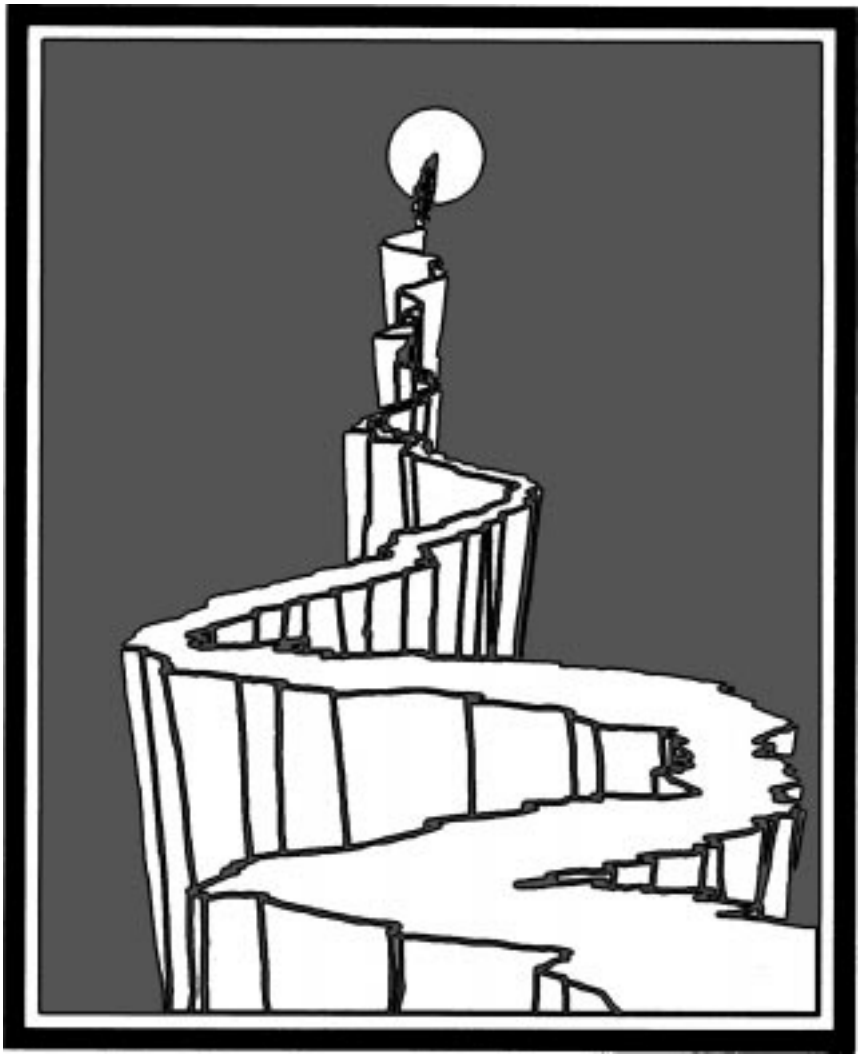
CAIETUL TABEREI YOGHINE DE VACANŢĂ COSTINEŞTI 2000



tehnoredactare computerizatã: GABRIELA POPA

colaboratori: CARMEN BOTEZATU,
VALI BOTEZATU

Editura SHAMBALA
ISBN 973-99661-3-6

Cum putem dialoga,

în intimitatea fiinţei

noastre,

cu

DUMNEZEU

INTRODUCERE

Dialogul tainic al omului cu Dumnezeu ar trebui să fie o realitate vie şi incontestabilă. În această direcţie există, atât în literatura creştină, cât şi în cea yoghină, nenumărate mărturii cu privire la stările extatice ale unor mari înţelepţi, sfinţi şi profeţi, pe care aceştia le trăiau atunci când, pur şi simplu, vorbeau în mod lăuntric cu Tatăl Ceresc. În lumina acestor exemple intuim că, de fapt, fiecare dintre noi poate comunica într-un mod tainic, în intimitatea fiinţei noastre, cu Dumnezeu Tatăl. Aici noi nu ne referim doar la un banal monolog interior şi imaginar, ci la o conversaţie tainică, reală şi vie, în care noi îi vorbim lui Dumnezeu Tatăl, iar El, efectiv, ne răspunde. Fără îndoială că aproape fiecare om, în momentele cele mai dificile ale vieţii sale, s-a adresat lui Dumnezeu, în speranţa obţinerii unui ajutor divin. Fiecare fiinţă umană a primit de la Dumnezeu Tatăl posibilitatea de a comunica cu El. În ultimă instanţă, putem spune că întreaga noastră existenţă, fie că ştim, fie că nu ştim, fie că vrem, fie că nu vrem este un continuu dialog tăcut şi, cel mai adesea, inconştient cu Dumnezeu, iar prin acest proces, cel mai adesea nebănuit, al vieţii, aproape toate creaturile îi oferă, clipă de clipă, lui Dumnezeu, „rugăciunea" universului. În cele ce urmează, vom arăta cum trebuie să

realizăm acest apel plin de fervoare către Tatăl Ceresc, într-un mod lucid şi conştient şi, de asemenea, vom învăţa ce putem face pentru a-L îndupleca pe Dumnezeu Tatăl să ne răspundă.

Pentru aceasta, în primul rând, este absolut necesar să avem o încredere deplină şi profundă că acest proces tainic de comunicare este perfect posibil şi că nouă personal ne este complet accesibil. Şi, la urma urmei, de ce ne-am putea cumva îndoi de aceasta, dacă avem în vedere şi credem cu tărie că Dumnezeu Tatăl este omniprezent, omniscient şi ATOTPUTERNIC? Toate Scripturile din lume abundă în descrieri ale unor asemenea dialoguri care au avut loc cândva între Dumnezeu Tatăl şi om. Unul dintre cele mai frumoase şi mai grăitoare episoade de acest gen este relatat în Biblie (1 Regi 3; 5-13): "Domnul Dumnezeu i-a apărut atunci în vis lui Solomon, în timpul nopţii şi i-a spus: 'Cere-Mi ce vrei, şi Eu îţi voi da'. Iar Solomon i-a răspuns: '... Acordă-i servitorului Tău o inimă plină de discernământ, care să fie în stare să judece drept tot ceea ce ţine de poporul Tău şi să fie întotdeauna capabilă să deosebească binele de rău'... Şi atunci Dumnezeu i-a spus: "Întrucât doar aceasta este ceea ce-Mi ceri, şi nu-Mi ceri pentru tine viaţă lungă, nici bogăţii, nici moartea duşmanilor tăi, ci Îmi ceri un perfect discernământ pentru a înfăptui o justiţie cât mai dreaptă, iată, voi face pentru tine ceea ce Mi-ai cerut. Îţi voi dărui o inimă mereu înţeleaptă şi plină de discernământ... În plus, îţi voi dărui şi ceea ce nu Mi-ai cerut, glorie şi bogăţii, astfel încât, în timpul vieţii tale, nu va mai fi nici un împărat ca tine'".

La rândul lui, David a avut numeroase conversaţii cu Tatăl Ceresc, dialogând cu El chiar şi asupra unor subiecte cu un caracter mai puţin spiritual (la un moment dat): "David L-a consultat pe Dumnezeu, spunându-I: 'Trebuie să mă ridic împotriva filistenilor; îi vei preda Tu oare în mâinile mele?' Iar atunci Domnul Dumnezeu i-a răspuns: 'Ridică-te, iar Eu îi voi preda în mâinile tale'" (Cronici, 14;10).

IUBIREA FRENETICĂ ESTE FORŢA ESENŢIALĂ CARE ÎL POATE ÎNDUPLECA PE DUMNEZEU TATĂL SĂ RĂSPUNDĂ APELURILOR NOASTRE SINCERE

Omul obişnuit se roagă la Dumnezeu numai cu mintea, cu toate că el ar trebui să o facă cu toată ardoarea inimii sale, copleşită de o iubire profundă şi curată de Dumnezeu. Asemenea rugăciuni, preponderent mentale, lipsite de forţa trăirii emoţionale înălţătoare, sunt destul de slabe pentru a provoca, cu adevărat, în fiinţa noastră de fiecare dată, MINUNEA unui răspuns divin. Tocmai de aceea, Spiritului Divin Suprem trebuie să ne adresăm cu un sentiment profund de totală încredere, ca şi cum El ar fi fiinţa atotputernică cea mai apropiată nouă şi atunci noi trebuie să-I vorbim plini de dragoste şi fără rezerve, întocmai cum vorbim propriului nostru tată sau propriei noastre mame. Prin urmare, raportul nostru fundamental şi intim cu Dumnezeu Tatăl trebuie să fie, totdeauna, acela al unei iubiri totale, fără limite şi fără oprelişti. Profunda simbioză inefabilă care se stabileşte atunci între inima omului şi Dumnezeu, este sugerată de următorul sfat, pe care un maestru spiritual îl oferea discipolilor săi: „**Strigaţi cu iubire, neîncetat, în inimă numele lui Dumnezeu, până când inima voastră îl va înghiţi pe Dumnezeu, iar Dumnezeu va înghiţi inima voastră, astfel încât, Dumnezeu şi inima voastră să devină atunci UNA.**" Mai presus decât în orice formă de relaţie care s-ar putea stabili între două fiinţe umane, noi suntem, în acest caz, întru totul şi în mod natural îndreptăţiţi să-i cerem un răspuns

lui Dumnezeu, care se poate manifesta, pentru noi, prin intermediul lui Iisus Cristos, a unei Mari Puteri Cosmice sau a Mamei Divine. Dumnezeu Tatăl va fi cu uşurinţă înduplecat să răspundă unei asemenea chemări care provine din suflet, căci mama este, prin însăşi esenţa ei, numai iubire şi iertare, oricât de păcătos ar fi copilul său. Într-adevăr, făcând o analiză lucidă, vom constata că, dintre toate genurile de relaţii arhetipale la care avem acces şi pe care le-am putea invoca şi reproduce într-un dialog cu Dumnezeu, aceasta (cu mama sau, altfel spus, cu principiul matern) este cea mai frumoasă, cea mai profundă şi cea mai directă. Pe de altă parte, raportarea la Dumnezeu ca Tată Ceresc, aşa cum ne învaţă Iisus Cristos în rugăciunea „Tatăl nostru", exprimă mai mult decât intimitatea personală cu Dumnezeu, şi anume, ne oferă posibilitatea de a vorbi cu El, aşa cum vorbeşte un fiu cu părintele său.

Din cele arătate anterior, înţelegem deja faptul că un alt element, deosebit de important, de care trebuie să ţinem cont în stabilirea unui dialog profund şi autentic cu Dumnezeu Tatăl, este necesitatea de a avea o concepţie cât mai bine definită cu privire la o manifestare particulară a lui Dumnezeu, la care noi să ne raportăm cât mai des, în orice moment al existenţei noastre, şi mai ales în timpul comunicării propriu-zise. (Spre exemplu, dacă suntem la începutul unei asemenea comunicări îl putem vizualiza şi apela pe Dumnezeu Tatăl sub forma Mamei Divine, sau a uneia dintre Marile Puteri Cosmice cu care noi deja resimţim o stare de comuniune profundă.) În caz contrar, noi nu vom primi un răspuns sau acesta nu va fi deloc clar.

O altă regulă principală de care trebuie să ţinem seama în stabilirea unei comunicări directe şi tainice cu Dumnezeu Tatăl este ca rugăciunea prin care noi Îi cerem să se manifeste să fie cât mai clară şi viguroasă, pentru că o rugăciune anemică în care, de fapt, noi nu prea credem, este evident insuficientă. În cazul în care noi credem, cu tărie şi sinceritate,

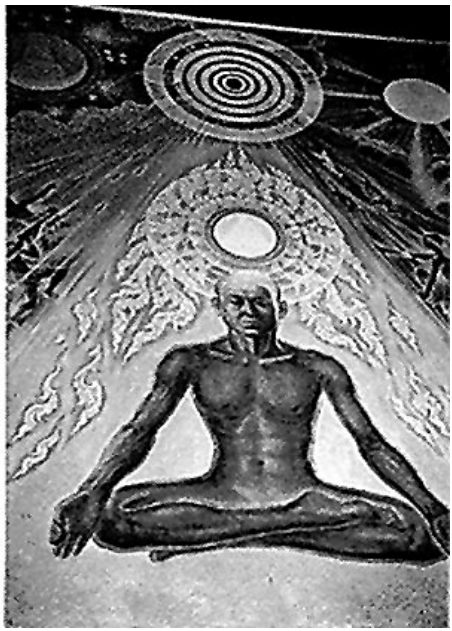
în realitatea acestui dialog, spunând lăuntric: "Cu siguranţă, Dumnezeu va vorbi cu mine. Am o încredere totală că El îmi va răspunde", refuzând orice altă alternativă şi având o tenacitate de nezdruncinat, oricât de mulţi ani au trecut fără ca El să ne fi răspuns, dacă vom continua astfel neobosiţi să avem încredere imensă în El, atunci putem fi siguri că, într-o bună zi, El ne va răspunde.

Marele yoghin Paramahansa Yogananda povesteşte, în cartea sa care a devenit celebră, "*Autobiografia unui yoghin",* una dintre numeroasele ocazii în care el a dialogat cu Dumnezeu: „Prima mea experienţă spirituală în care Vocea Divină mi s-a revelat s-a produs pe vremea când eram copil. Într-o dimineaţă, pe când eram aşezat în patul meu, am intrat brusc într-o stare de reverie profundă.

"Ce există oare dincolo de întunericul misterios al ochilor închişi?" Acest gând a pătruns spontan cu multă forţă în mintea mea. În faţa privirii mele interioare a apărut atunci o lumină albă, puternică şi strălucitoare. Apoi, brusc, pe marele ecran strălucitor din spatele frunţii mele au început să se formeze, la fel ca imaginile de la cinematograf, formele divine ale unor sfinţi care erau aşezaţi în postura lotusului (Padmasana) şi se aflau în peşterile din nişte munţi.

- Cine sunteţi voi? am strigat eu atunci cu voce tare.

- Noi suntem yoghini din Himalaya.



Felul în care atunci mi-a fost oferit acest răspuns divin este dificil de descris în cuvinte. Inima mea a tresărit imediat plină de emoţie şi încântare. Apoi, viziunea aceea a dispărut, lăsând în urma ei raze argintii şi aurii, care se lărgeau în cercuri din ce în ce mai mari, până la infinit.

- Ce este această lumină minunată? am întrebat eu atunci plin de curiozitate.

- „Eu sunt Ishvara (Dumnezeu Tatăl). Eu sunt Lumina Supremă." Vocea care a răsunat tainic în fiinţa mea semăna cu un murmur blând, nespus de dulce şi suav.

Mama mea şi Roma, sora mea mai mare, care erau lângă

mine atunci când am avut această inefabilă experienţă, au auzit şi ele Vocea divină. Acest răspuns tainic, care a venit din partea lui Dumnezeu, mi-a produs o asemenea fericire, încât am luat atunci hotărârea fermă să Îl caut cu toată fiinţa mea, cu toate puterile şi să nu mă opresc până când nu voi deveni, total şi mereu, una cu El."

În aceeaşi ordine de idei este, de asemenea, profund semnificativ modul în care, cel care avea să devină mai târziu marele mistic creştin, Părintele Antonie, a fost chemat de către Dumnezeu pe calea spirituală. În acest caz, răspunsul tainic al lui Dumnezeu a venit sub forma unor sincronicităţi mai mult decât semnificative.

Se spune că, mergând într-o zi la biserică, Antonie se gândea la felul în care apostolii renunţaseră la toate averile lor şi îl urmaseră pe Iisus Cristos. În momentul în care, după aceea, a intrat în biserică, el a auzit următorul pasaj din Evanghelie, pe care imediat l-a considerat profund revelator: „Dacă doreşti cu adevărat să fii desăvârşit, du-te acum, vinde-ţi toate averile şi dă-le săracilor, apoi vino şi urmează-Mă pe Mine şi vei avea astfel comoara din Ceruri." Antonie a simţit fulgerător că acesta era chiar răspunsul pe care Dumnezeu i l-a oferit la frământările şi aspiraţiile sale. Mergând imediat acasă, el a împărţit săracilor toate averile sale, păstrând doar o anumită sumă de bani pentru sora sa. Mergând la scurt timp după aceea din nou la biserică, a fost întâmpinat de un alt citat din Evanghelie: „Nu vă îngrijiţi de ziua de mâine." Auzind aceasta, el a plecat din nou imediat acasă pentru a împărţi săracilor chiar şi arginţii ce fuseseră opriţi pentru sora sa. Astfel, după aceea, calea sa spirituală nu a mai cunoscut oprelişti.

Tot într-un moment de răscruce existenţială, cuvioasei Paraschiva, care plângea pentru că nu Îl va mai putea preamări în voie pe Iisus Cristos, deoarece

părinţii îi plănuiseră, chiar în ziua următoare, căsătoria, Dumnezeu Tatăl i-a răspuns cu un vuiet tainic care i-a învăluit fiinţa, cu şoapte sfinte de chemări care, atunci, i-au pătruns adânc în inimă: „Vino acum, Paraschivo! Vino neîntârziat! Ia-ţi crucea şi urmează-Mă, căci vei primi în schimb cununa cea nemuritoare a Mirelui Tău Ceresc." Cuvioasa Paraschiva a dat şi ea curs imediat acestei chemări divine şi viaţa sa a fost, după aceea, un continuu imn de slavă oferit lui Dumnezeu şi Fiului Său, Iisus Cristos.

Această intensitate excepţională a trăirii emoţionale care, în cazul Sfintei Paraschiva, a fost de natură să provoace răspunsul clar şi explicit al lui Dumnezeu, poate fi întâlnită şi în viaţa misticului creştin de origine indiană, Sundar Singh, care a primit răspuns de la Dumnezeu Tatăl, tot în urma unei nopţi de frământări şi suferinţă în care, dacă Iisus nu i s-ar fi arătat, el tocmai se hotărâse să se sinucidă, deoarece nu mai putea suporta starea de incertitudine şi lipsa de credinţă în care se afla.

Imensa majoritate a oamenilor obişnuiţi consideră că în spatele ochilor lor închişi nu există nimic altceva decât întuneric. Dacă noi ne dezvoltăm suficient de mult, din punct de vedere spiritual, şi ne concentrăm intens şi ferm asupra "ochiului unic" (Ajna Chakra) care este situat, în plan subtil, în zona din mijlocul frunţii, o tainică viziune interioară ni se va deschide şi ni se va oferi într-un mod fascinant pentru noi. Noi vom putea contempla astfel atunci alte lumi misterioase sau vom putea percepe tărâmuri tainice subtile de o mare splendoare, cu mii de lumini astrale încântătoare. Tot astfel, pot apărea în faţa ochilor noştri spirituali nenumărate viziuni ale unor mari înţelepţi şi sfinţi, cum a fost aceea în care Yogananda a văzut pe yoghinii din Himalaya. În cazul în care capacitatea noastră de concentrare va deveni şi mai puternică, iar nivelul nostru de conştiinţă se va eleva în mod corespunzător, crusta

ignoranţei şi a limitărilor noastre egotice se va sparge şi, astfel, vom pătrunde în tărâmul pur al realităţii divine. Atunci, noi vom putea auzi, izvorând din însuşi adâncul cel tainic al fiinţei noastre, vocea lui Dumnezeu.

Scripturile sacre afirmă, adeseori, că Dumnezeu Tatăl a promis, încă de la începuturi că va comunica cu noi. "Dacă Mă veţi căuta cu adevărat să ştiţi că mă veţi găsi, dar mă veţi găsi numai dacă Mă veţi căuta cu toată ardoarea inimilor voastre." (Ieremia 29;13). "Dumnezeu este cu voi mai ales atunci când voi sunteţi cu El; dar să nu uitaţi că dacă Îl abandonaţi, atunci şi El vă va abandona." (2 Cronici, 15:2). "Iată, Eu rămân mereu în faţa porţii şi bat. Dacă cineva aude vocea Mea şi îmi deschide poarta, voi intra şi voi cina împreună cu el, iar el va fi atunci cu Mine." (Apocalipsa 3:20).

Dacă reuşim, măcar o singură dată în viaţă, să "împărţim o bucată de pâine" cu Dumnezeu Tatăl şi ajungem să spargem tăcerea dintre noi şi El, atunci Tatăl Ceresc ne va vorbi pentru prima dată şi, după aceea, putem fi siguri că Dumnezeu o va putea face mult mai des şi în multe conjuncturi ale vieţii noastre. La început, acest dialog al sufletului cu Dumnezeu Tatăl ne poate părea foarte dificil; mai ales pentru că nouă nu ni se pare uşor „să facem cunoştinţă" cu Dumnezeu căci, înainte de toate, Dumnezeu Tatăl vrea să se asigure, în primul rând, că noi dorim cu adevărat aceasta. Dumnezeu Tatăl ne testează chiar, adeseori, pentru a vedea dacă noi dorim cu adevărat, din întreaga noastră fiinţă, să-L cunoaştem, sau dacă nu cumva această dorinţă nu a fost decât un banal capriciu de-al nostru. Atâta vreme cât noi încă nu L-am convins pe Dumnezeu că nu mai avem nici o altă dorinţă mai puternică decât aceasta în inima noastră, El nu ne va răspunde. Privind aceasta cu înţelepciune, realizăm că este firesc să fie aşa căci, în fond, de ce ni s-ar revela nouă, în însăşi Fiinţa Sa Supremă, Dumnezeu Tatăl, dacă noi nu dorim, de fapt, nimic altceva în afara darurilor Sale?

OMUL APROAPE CĂ NU ÎI POATE DĂRUI LUI DUMNEZEU NIMIC ALTCEVA DECÂT DRAGOSTEA SA PENTRU EL

Pe această planetă, întreaga creaţie a fost concepută prin nesfârşita înţelepciune şi compasiune divină, drept un câmp de experienţă pentru fiinţa umană. La o analiză atentă realizăm că, de fapt, comportamentul nostru în această lume relevă, într-un mod foarte clar, ce anume dorim noi cu adevărat: să-L cunoaştem cu adevărat pe Dumnezeu Tatăl sau doar să primim, într-o dulce şi nepăsătoare inconştienţă, toate darurile Sale. Atunci când un om se trezeşte cu adevărat la viaţa spirituală, conştiinţa sa nu mai ascultă decât de Dumnezeu. Când ajungem cu adevărat în această etapă a evoluţiei, putem fi siguri că Dumnezeu ne va ghida mereu paşii. Totuşi, Dumnezeu nu ne va spune niciodată că pe El şi numai pe El noi trebuie să-L dorim mai presus de orice căci, în realitate, El aşteaptă de la noi să-I dăruim necondiţionat aproape toată iubirea noastră, cu o inimă neşovăitoare, într-o stare de totală libertate, fără ca El să ne forţeze absolut deloc în acest sens. Acesta este supremul secret magic al jocului impetuos al manifestării. El, Creatorul nostru, Dumnezeu Tatăl suspină, ca un etern îndrăgostit, după iubirea noastră dar, dincolo de aceasta, El doreşte ca noi să I-o dăruim spontan, fără ca El să ne ceară aceasta. Iubirea noastră este unicul dar de preţ pe care Dumnezeu Tatăl îl aşteaptă de la noi dar, cu toate acestea, nu ni-l cere, decât dacă noi înşine vrem cu adevărat şi de bună voie să I-l dăruim. Prin urmare,

Dumnezeu Tatăl aşteaptă neîncetat ceva de la fiecare dintre noi: Iubirea noastră. Iar noi nu vom putea fi niciodată cu adevărat plenar şi profund fericiţi până când nu I-o vom oferi total şi necondiţionat. Atâta vreme cât noi nu vom fi decât nişte copii egoişti, răi, ignoranţi, lipsiţi de iubire, naivi şi capricioşi, nişte pigmei spirituali care se târăsc căutându-I cu încăpăţânare nenumăratele şi feluritele daruri, care sunt însă dezinteresaţi de Cel care le oferă (Dumnezeu), nu vom face decât să cădem dintr-un abis al suferinţei în altul, şi mai adânc.

În această direcţie, există o povestire profund semnificativă. Se spune că marele poet şi iluminat Rumi, fiind întrebat de iubita sa care este misterul ce este ascuns în HADITH-ul (cugetarea): "Cei mai mulţi locuitori ai paradisului sunt imbecili", a răspuns: „Dacă nu ar fi fost nişte imbecili, cum ar fi putut ei să fie mulţumiţi doar cu paradisul şi cu fluviile lui?"

Ca să explice şi mai bine ceea ce a vrut de fapt să spună, Rumi i-a recitat apoi iubitei sale următoarele versuri, care sugerează forţa transcendentă a iubirii divine:

"Dacă în iad fiind, aş putea totuşi atinge buclele părului Tău,
Mi-ar fi ruşine să fiu ales pentru rai.
Dacă fiind, fără Tine, aş fi chemat în câmpiile paradisiace ale cerurilor,
Acel spaţiu vast ar fi totuşi prea strâmt pentru inima mea."

Rumi i-a mai spus apoi, "orice suflet mic, care se limitează doar la contemplarea grădinii (sau, altfel spus, a jocului mirific şi impetuos al manifestării), rămâne atunci lipsit de viziunea Grădinarului (sau, cu alte cuvinte, a lui Dumnezeu Tatăl)". Şi, după aceea, el a mai adăugat

următoarele versuri:

"Pentru mine, chiar şi tot Paradisul fără Dumnezeu este infern şi mi-e duşman;

Este ceea ce eu cred acum cu tărie pentru că am fost ars de teribila splendoare misterioasă,

Aceea a Glorioasei Lumini a Eternităţii lui Dumnezeu."

În realitate, Dumnezeu este însăşi Esenţa divină a fiinţei noastre (ATMAN) şi, tocmai de aceea, noi nu ne vom putea exprima niciodată cu adevărat natura profundă, decât atunci când vom învăţa să manifestăm, spontan şi plenar, prezenţa Lui în noi înşine. Acesta este un suprem şi tainic adevăr. Noi nu vom putea găsi niciodată o satisfacţie profundă şi durabilă în lumea inepuizabilă a materiei şi a ispitelor sale căci, în realitate, natura noastră lăuntrică adevărată este divină, ea este o scânteie din Dumnezeu Tatăl. Marele yoghin Swami Shivananda afirma: "Nimic nu poate sălăşlui veşnic în cei care refuză să sălăşluiască în Dumnezeu". Prin urmare, atâta vreme cât nu ne vom găsi fericirea profundă şi durabilă în Dumnezeu, noi nu o vom găsi cu adevărat nicăieri în altă parte.

ESTE OARE DUMNEZEU PERSONAL SAU IMPERSONAL?

Este important să răspundem acum la această întrebare care, în acest caz, nu este absolut deloc teoretică sau strict filosofică, deoarece înţelegerea deplină şi profundă a răspunsului şi crearea unei atitudini lăuntrice corespunzătoare ne poate ajuta extraordinar de mult să intrăm în comuniune intimă cu Dumnezeu. Mulţi oameni ignoranţi, chiar dacă

ei se autointitulează cu snobism metafizicieni, preferă să nu se gândească absolut deloc la Dumnezeu sub un aspect personal, în ideea că orice concepţie antropomorfică este limitată şi, prin urmare, în viziunea lor este incompatibilă cu Dumnezeu. Ei Îl consideră, în schimb, pe Dumnezeu Tatăl ca fiind un Spirit Impersonal, o Putere Supremă, o Forţă Absolută Inteligentă, care este responsabilă de crearea întregului univers.

Dar, dacă Cel care ne-a creat este în veşnicie numai impersonal, ne putem întreba atunci, cum se face că El a creat totuşi fiinţe umane? Fiecare dintre noi suntem personali, avem o individualitate a noastră, gândim, simţim, dorim, iar Dumnezeu Tatăl ne-a dăruit nu numai puterea de a găsi plăcere în gândurile, stările şi sentimentele altora, ci şi de a le răspunde cu iubire. Atunci, cu siguranţă că nici Tatăl Ceresc - Dumnezeu nu poate fi lipsit de acest spirit al reciprocităţii cu care El şi-a înzestrat totuşi propriile Sale creaturi. Aşadar, înţelegând aceasta, ne dăm seama că Tatăl nostru Ceresc poate avea o relaţie personală cu fiecare dintre noi şi că, fără îndoială, El (Dumnezeu Tatăl) o va stabili, atunci când noi îi vom permite.

Dacă noi nu am ţine seama decât de aspectul impersonal al lui Dumnezeu, ne-am putea atunci crea despre El viziunea unei Fiinţe total îndepărtate sau abstracte, care se mulţumeşte să primească toate rugăciunile noastre, fără ca să ne răspundă însă niciodată sau, chiar ne-am putea gândi că, de fapt, rugăciunile noastre nu au decât o valoare simbolică şi acţionează numai precum nişte banale autosugestii. Astfel, noi ne-am putea atunci imagina în mod ridicol că, deşi Dumnezeu Tatăl este omniscient şi, prin urmare, ştie tot, El păstrează permanent o tăcere plină de indiferenţă sau cruzime. O asemenea convingere ar constitui însă o gravă eroare filosofică şi spirituală întrucât, în realitate, Dumnezeu Tatăl nu numai că ***ştie*** ci, totodată, şi ***este*** TOTUL. Atâta vreme cât

există nenumărate individualităţi care sunt create în manifestarea Sa divină, este evident atunci că El, totodată, are şi un aspect personal, la fel cum El are şi un aspect impersonal. Acest mic „ghem" de amintiri, aspiraţii, gânduri, dorinţe şi speranţe pe care noi îl numim „eu", nu poate fi ignorat. Dumnezeu Tatăl a creat persoane sau, altfel spus, fiinţe umane individualizate; şi, privind manifestarea Sa divină din această perspectivă, este clar că nici Creatorul lor nu poate fi în întregime impersonal.

Credinţa că Dumnezeu Tatăl poate lua chiar o formă umană, venind printre noi şi vorbind cu noi, satisface, de fapt, o nevoie profundă a inimii noastre care este, prin ea însăşi, o expresie simbolică a acestui adevăr. Totuşi, noi ne putem întreba, de ce însă nu o face El oare cu fiecare dintre noi? Numeroşi sfinţi au auzit vocea lui Dumnezeu în sanctuarul inimii lor transfigurate. De ce oare nu am putea stabili şi noi o astfel de comunicare? Prin iubirea sa plină de dăruire către Dumnezeu, omul Îl poate convinge astfel pe Dumnezeu Tatăl să îşi asume o formă personală, dacă el Îi va cere aceasta cu o inimă neşovăitoare, implorându-L printr-o astfel de rugăciune: "O, Doamne Dumnezeule, TATĂ CERESC, Tu eşti acum pentru mine invizibil, impersonal, necunoscut şi misterios; eu cred însă, cu toată ardoarea iubirii şi dăruirii mele către Tine, că Tu vei lua o formă şi Te vei arăta pentru a Te manifesta în fiinţa mea". La fel ca şi Francisc din Assisi şi alţi mari sfinţi, şi noi putem, de asemenea, printr-o rugăciune frenetică şi plină de iubire, să ajungem să vedem corpul cel glorios şi viu al lui Cristos. Upanishadele afirmă: „Cel care îl cunoaşte cu adevărat pe Brahman (Supremul Absolut, Dumnezeu Tatăl) este Brahman Însuşi." Iisus Cristos ne-a revelat, la rândul său, acelaşi adevăr, atunci când a spus: "Eu şi Tatăl Ceresc una suntem" (Ioan 10;30). Marele înţelept şi eliberat yoghin Shankara a spus la rândul lui: "Eu sunt, în esenţa fiinţei mele, UNA cu Spiritul Suprem, Divin" şi, de asemenea, tot el este acela care a afirmat: "Tu eşti Acela" (sau, cu alte cuvinte, Absolutul divin, Brahman), indicându-ne astfel că fiecare dintre noi are, în profunzimile fiinţei sale, esenţa

divină nemuritoare, care este o scânteie din Dumnezeu Tatăl. La aceasta noi putem avea acces prin iubire, prin introspecţie şi prin cunoaştere adevărată. Aşa cum au mărturisit mulţi sfinţi şi înţelepţi, omul a fost făcut după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu, iar acest aspect constituie însăşi efigia luminoasă a speranţei noastre în îndumnezeire.

Un alt mare jnana-yoghin care a atins desăvârşirea spirituală, prin revelarea deplină a Sinelui Suprem (ATMAN), Nisargadatta Maharaj, afirma: „Cea mare parte din cunoaşterea mea provine de la Dumnezeu. Eu nu citesc cărţi, ci vă spun doar ceea ce percep, în mod intim, în adâncul fiinţei mele. Iată de ce vorbesc cu atâta autoritate pentru că, de fapt, această autoritate mi-o oferă însăşi percepţia mea directă asupra Sinelui meu divin, *ATMAN*. Chiar dacă întreaga lume mi-ar fi potrivnică, autoritatea percepţiei directe a lui Dumnezeu ar rămâne pentru mine suverană.

SEMNIFICAŢIA TAINICĂ A EXPRESIEI "DUPĂ CHIPUL şI ASEMĂNAREA LUI DUMNEZEU"

În Biblie se spune: "Căci Dumnezeu l-a făcut pe om după chipul şi asemănarea Lui" (Geneza, 9;6). Nimeni nu a explicat însă vreodată, în mod satisfăcător, ce semnificaţie are cu adevărat expresia "după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu". Dumnezeu Tatăl este Spirit Divin etern; în esenţa naturii sale profunde, ultime, omul este şi el Spirit Divin nemuritor, scânteie veşnică ce este minusculă şi provine din oceanul infinit al Spiritului Divin etern care este Dumnezeu Tatăl. Aceasta este prima semnificaţie şi cea mai importantă a acestui pasaj biblic, dar trebuie să ştiţi că mai există şi altele, la fel de adevărate.

În ansamblul său, fiinţa umană, împreună cu conştiinţa şi toate forţele subtile sau energiile care există în ea, este o reprezentare, la scară microcosmică, a macrocosmosului care este conceput şi manifestat de Dumnezeu Tatăl. Prin urmare, în conştiinţa oricărui om rezidă, în mod aproape virtual, dar într-o anumită proporţie, starea potenţială de omniscienţă şi omniprezenţă a lui Dumnezeu. Cu ajutorul gândului focalizat ferm şi cu o suficient de mare putere interioară, noi putem ajunge, aproape instantaneu, pe Steaua Polară sau pe planeta Marte. În interiorul fiinţei noastre, profund, dincolo de toate determinismele şi limitele specific umane, există tărâmul misterios şi nesfârşit al transcendenţei, unde nu mai există nici o prăpastie între noi şi ceilalţi. Întrucât conştiinţa divină sau, cu alte cuvinte, ATMAN există tainic sub forma unei scântei nemuritoare în interiorul omului, se poate spune, tocmai de aceea, că el este creat după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu Tatăl.

Conştiinţa divină nemuritoare (ATMAN) prezentă în fiecare fiinţă umană este, de asemenea, pe deplin conştientă de sine; ea se simte, în mod intuitiv, pe ea însăşi. Prin Conştiinţa Sa Cosmică, neîncetat omniprezentă, Dumnezeu Tatăl este permanent conştient de El Însuşi, în fiecare atom al creaţiei Sale, aşa cum este, de altfel, indicat şi în Evanghelii. "Nu vindeţi voi oare două vrăbii care zboară prin văzduh pentru un ban? Şi totuşi, să ştiţi că nici una dintre ele nu poate cădea la pământ fără voia Tatălui nostru ceresc " (Matei 10;29).

Oamenii dispun şi ei, cu toate că în stare potenţială, de această putere tainică înnăscută a Conştiinţei omniprezente dar, cu toate acestea, foarte puţini dintre ei se preocupă să şi-o trezească şi să o conştientizeze. La fel ca şi Creatorul nostru, noi, într-o anumită proporţie, avem puterea

demiurgică de a crea, printr-o voinţă purificată, care se dăruieşte total Voinţei lui Dumnezeu Tatăl, diferite lumi şi tărâmuri în mod instantaneu; dar câţi dintre noi îşi trezesc şi îşi dezvoltă această infailibilă putere latentă dumnezeiască? Animalele, în general, nu pot gândi, însă omul poate, pentru că el este înzestrat pe deplin cu această aptitudine superioară. Toate atributele fundamentale pe care le are Dumnezeu Tatăl - conştiinţă, raţiune, voinţă, sensibilitate, iubire - le are, într-o anumită proporţie, şi omul. Aceste calităţi care sunt prezente în fiinţa umană în proporţii diferite, în funcţie de gradul de trezire a conştiinţei noastre divine, demonstrează şi ele, încă o dată că, de fapt, omul este creat după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu.

Energia subtilă extraordinară psihică, mentală sau spirituală, pe care o simţim în fiinţa noastră, în anumite momente privilegiate, implică, fără îndoială, existenţa unei puteri uriaşe şi nesfârşite, cu mult mai vaste şi mai complexe decât cea care ne este necesară pentru a ne deplasa corpul fizic, care nu este pentru noi altceva decât un banal vehicul. În plus, însăşi energia subtilă cosmică pe care noi o percepem, prin intermediul proceselor de rezonanţă, în multiplele sale aspecte care sunt reflectate în fiinţa noastră, este şi ea un aspect al lui Dumnezeu Tatăl. În consecinţă, analizând în mod lucid şi inteligent toate acestea constatăm, încă o dată, că noi suntem, în realitate, creaţi după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu Tatăl, chiar şi din punct de vedere auric (bioenergetic) şi fizic.

ÎN REALITATE, CORPUL NOSTRU FIZIC NU ESTE MATERIE, CI ENERGIE

Ne putem acum pune întrebarea ce este oare, de fapt, această energie pe care noi o avem în corpul nostru? Din punct de vedere ştiinţific, se ştie la ora actuală faptul că forma noastră fizică este alcătuită din molecule, care sunt constituite la rândul lor din atomi, iar atomii sunt constituiţi din electroni, iar electronii sunt creaţi din aşa-zisa forţă vitală a particulelor de *prana* sau "vitatroni" – care se constituie în miliarde şi miliarde de „grăunţe" de energie. Prin intermediul clarviziunii spirituale, chiar şi corpul nostru fizic poate fi văzut ca nefiind altceva decât o masă care este formată din minuscule focare vibrânde şi intens strălucitoare de lumină, care reprezintă energia tainică şi diversă care emană din cele 27 de trilioane de celule ale sale. Noi nu ne percepem trupul ca fiind o masă solidă şi strict fizică, decât datorită iluziei cosmice care, cel mai adesea, limitează şi mutilează percepţiile precare ale simţurilor noastre. În realitate, totdeauna trupul nostru nu este format din materie, ci din energie.

Datorită ignoranţei, noi ne imaginăm adeseori că suntem slabi, lipsiţi de forţă şi eficacitate, dar toate aceste stări survin numai datorită faptului că noi ne identificăm, în mod eronat, cu oasele şi cu carnea noastră. Dacă noi realizăm însă că Sinele nemuritor Divin, *Atman*, conştiinţa supremă a lui Dumnezeu, se află permanent în trupul nostru, vom înţelege că această carne nu este în fond altceva decât manifestarea fizică a celor cinci elemente energetice vibratorii (TATTVA-ele), care sunt: pământul (*prithivi*), apa (*apas*), focul (*tejas*), aerul (*vayu*) şi eterul (*akasha*).

CELE CINCI ELEMENTE *TATTVA*-ICE DE BAZĂ SAU, ALTFEL SPUS, UNIVERSALE SE AFLĂ LA TEMELIA STRUCTURĂRII CORPULUI UMAN

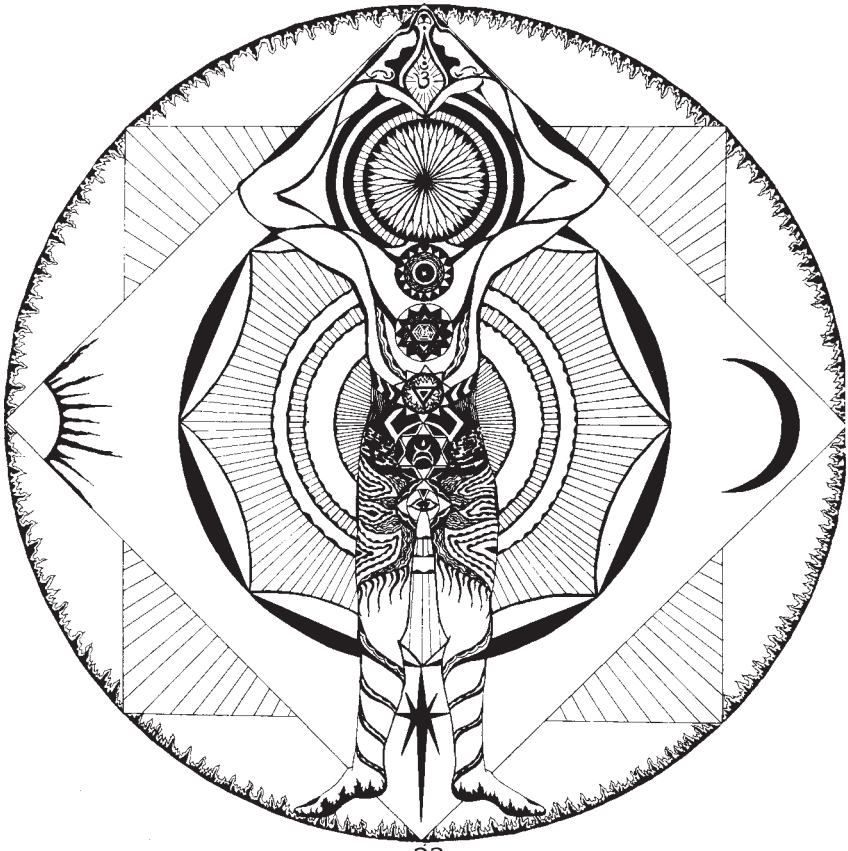
Întregul macrocosmos – despre care putem spune că este corpul lui Dumnezeu Tatăl - este alcătuit din cele cinci elemente *tattva*-ice principale care se află la baza structurării corpului uman. Forma de poligon stelat cu cinci colţuri, care exprimă într-un mod simbolic şi arhetipal fiinţa umană, reprezintă, de fapt, „razele" energetice tainice ale celor cinci elemente subtile *tattva*-ice. Capul, cele două mâini şi cele două picioare formează împreună cele cinci braţe ale acestei stele. Aşadar, şi din această perspectivă, noi suntem în realitate creaţi după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu Tatăl.

Cele cinci degete de la fiecare mână reprezintă şi ele, în virtutea principiului universal al analogiei şi corespondenţei MICROCOSMOS - MACROCOSMOS, cele cinci elemente *tattva*-ice ale Vibraţiei Cosmice Inteligente şi Divine, care menţin şi însufleţesc permanent creaţia. Degetul mare corespunde celui mai dens element *tattva*-ic, Pământul şi, tocmai de aceea, acest deget este mai mare şi mai gros decât celelalte. Arătătorul se află în legătură cu elementul *tattva*-ic Apă, degetul mijlociu se află în legătură cu elementul *tattva*-ic Foc, despre care ştim cu toţii că este ascendent prin excelenţă; aşa se explică de ce acesta este mai lung decât celelalte. Inelarul reprezintă, analogic vorbind, elementul Aer, iar degetul mic simbolizează Eterul, care este foarte fin.

La modul cel mai banal, dacă noi ne masăm unul dintre degete prin

tehnici de masaj şi digitopunctură, noi dinamizăm astfel, prin tainice procese de rezonanţă, puterea subtilă corespondentă pe care acesta o reprezintă. Astfel, dacă noi ne masăm simultan degetul mijlociu (care ne permite trezirea şi amplificarea prin rezonanţă a elementului subtil Foc) şi zona ombilicului (sau eventual realizăm Asana-e care sunt de natură să ne dinamizeze Manipura Chakra, care ştim că guvernează în fiinţă energia subtilă a focului), ne putem astfel trezi şi amplifica, mult mai uşor, voinţa şi perseverenţa.

Dumnezeu Tatăl manifestă mereu mişcarea în creaţia Sa. Omul, la rândul său, dispune de picioare, de mâini şi de toate celelalte organe de acţiune, tocmai pentru a putea „traduce", la rândul său, prin fiinţa sa această mişcare cosmică. La fel ca şi degetele de la mâini, degetele de la picioare exprimă aceeaşi relaţie de corespondenţă cu cele cinci elemente *tattva*-ice fundamentale.



De asemenea, se cuvine să amintim că tradiţia ezoterică ne oferă şi alte asemenea fascinante analogii între corpul uman şi macrocosmos sau, altfel spus, între noi şi „corpul" lui Dumnezeu. De exemplu, unii iniţiaţi consideră că pupila, irisul şi partea cea albă a ochilor sunt reprezentări în miniatură ale lui Dumnezeu Tatăl, Dumnezeu Fiul şi a Sfântului Duh. Pe de altă parte, tradiţia yoghină secretă afirmă că, dacă ne concentrăm intens şi neîntrerupt asupra punctului focar central din mijlocul frunţii, cei doi ochi fizici ai noştri vor ajunge să reflecte o unică lumină subtilă, nespus de frumoasă, iar noi vom percepe astfel, la acest nivel, trezirea şi deschiderea "ochiului spiritual". Acest focar tainic energetic spiritual este denumit, în ezoterismul creştin, "ochiul lui Dumnezeu". În acelaşi context, se afirmă că noi dispunem, în această etapă, de doi ochi, din cauza universului nostru dual, în care predomină legea relativităţii. Făcând aluzie tocmai la această fuziune atotintegratoare pe care ne-o conferă viziunea spirituală, Iisus a spus: "Dacă ochiul tău (de fapt, AJNA CHAKRA) este unic, întregul tău corp va fi luminat" (Matei, 6:22). Dacă noi reuşim să „privim" prin ochiul spiritual (*Ajna Chakra*) sau, cu alte cuvinte, prin ochiul unic al lui Dumnezeu, care este permanent prezent în fiinţa noastră în zona din mijlocul frunţii, putem atunci percepe, de la acest înalt nivel spiritual, că întreaga creaţie este, în realitate, alcătuită dintr-o unică substanţă, Lumina Divină.

A FI UNA CU DUMNEZEU ÎNSEAMNĂ, ÎN REALITATE A FI UNA CU PUTEREA CEA TAINICĂ A LUI DUMNEZEU

Din perspectiva Absolutului Divin, omul dispune, într-o anumită proporţie, de întreaga Putere a lui Dumnezeu (prin urmare şi el este, într-o anumită măsură, atotputernic). Când conştiinţa noastră este intim şi profund unită cu cea a lui Dumnezeu, noi putem transforma cu o mare uşurinţă aproape orice, atât în fiinţa noastră, cât şi în mediul nostru înconjurător, apropiat sau foarte îndepărtat. Piesele uzate ale unui automobil pot fi recondiţionate sau înlocuite atunci când este cazul. Asemenea modificări sunt însă mai complicate atunci când este vorba despre corpul fizic uman. Factorul fundamental în această situaţie este mintea, care guvernează toate celulele corpului. Prin urmare, acela sau aceea care, în urma practicii profunde şi perseverente a tehnicilor meditative yoghine, reuşeşte să-şi controleze perfect mintea, va putea înlocui sau transforma cu uşurinţă celulele şi diferitele părţi ale trupului său, oricând şi oricât de des doreşte să facă aceasta. Spre exemplu, pur şi simplu, numai prin puterea gândului focalizat şi îndelung susţinut, pot fi transformaţi complet atomii corpului, pentru a face să apară o perfectă stare de sănătate. Cel care a evoluat suficient de mult din punct de vedere spiritual şi care urmăreşte, cu o mare tenacitate, să reuşească aceasta devine, atunci când atinge măiestria în această direcţie, stăpânul perfect al materiei fizice.

În calitatea sa de Spirit Divin Impersonal şi Transcendent, Dumnezeu Tatăl este imperceptibil, El nefiind accesibil simţurilor noastre fizice sau subtile dar, cu toate acestea, atunci când a creat lumea fizică, împreună cu nenumăratele lumi paralele şi tărâmuri astrale, El a devenit Dumnezeu Tatăl sau Dumnezeu-Creatorul. De îndată ce şi-a asumat rolul de Creator, El a devenit astfel personal şi vizibil, chiar dacă nu neapărat la nivel concret, strict fizic. Totuşi, Dumnezeu Tatăl este prezent şi poate fi perceput chiar şi la nivel fizic deoarece, în ultimă instanţă, întregul macrocosmos este corpul lui Dumnezeu. În manifestare, la fel ca şi noi, Dumnezeu Tatăl se supune chiar şi El legilor Sale. El are o parte masculină (pozitivă, solară, activă, *Yang*) şi o parte feminină (negativă, lunară, receptivă, *Yin*). Poeţii mistici L-au văzut adeseori, în mod concret, pe Dumnezeu Tatăl, chiar în această lume fizică, tocmai de aceea ei au spus că stelele sunt ochii Săi, iarba şi copacii sunt pletele Sale, apele curgătoare sunt sângele Său. Vuietul oceanului, ciripitul privighetorii, plânsul copilului nou-născut şi toate celelalte sunete ale creaţiei alcătuiesc vocea Sa. Acesta este Dumnezeu Tatăl în aspectul Său personal. Bătaia inimii din toate fiinţele vii este însăşi pulsaţia Energiei Sale Macrocosmice. Dumnezeu Tatăl păşeşte, de asemenea, prin cele peste şase miliarde de perechi de picioare ale oamenilor de pe planeta Pământ şi lucrează cu toate mâinile acestora. El este Conştiinţa Divină unică ce se manifestă prin toate creierele şi prin toate minţile noastre.

Legea divină a atracţiei şi a respingerii universale menţine laolaltă, în mod armonios, toate celulele corpului uman, la fel cum tot aceste legi menţin stelele şi planetele în echilibru pe orbitele lor. Dumnezeu Tatăl, fiind omniprezent, este întotdeauna perfect activ; în orice parte din univers ne-am afla, nu există nici un loc în care să nu se afle o formă sau alta de viaţă. Prin creativitatea Sa nesfârşită şi debordantă, Tatăl Ceresc nu încetează nici o clipă să proiecteze noi şi noi forme care sunt manifestări inepuizabile ale Energiei Sale Cosmice, Creatoare.

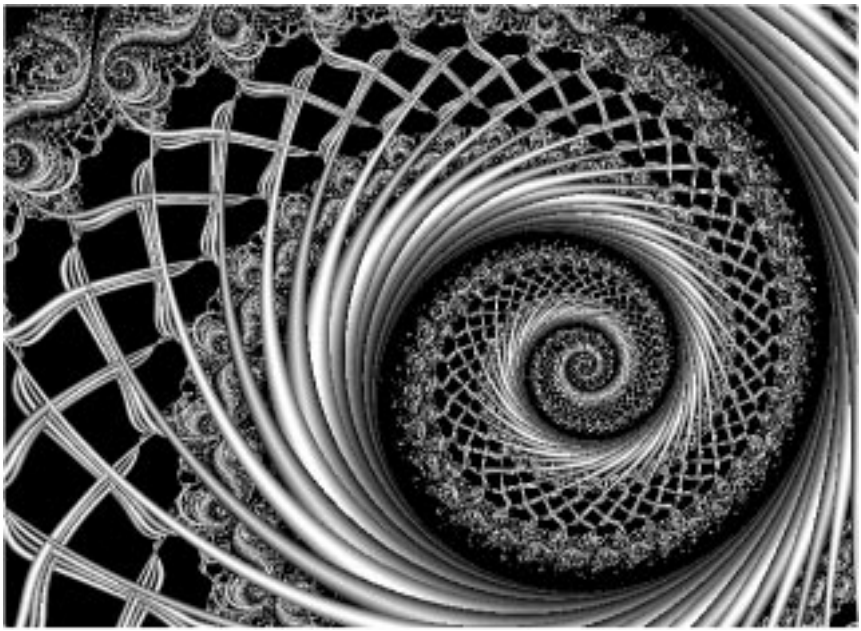
Atunci când a creat la începuturi toate lumile, Spiritul Divin Omniscient care este Dumnezeu Tatăl a avut în mintea Sa atotcuprinzătoare o idee centrală cauzală sau, altfel spus, un plan divin călăuzitor foarte precis. El a exteriorizat apoi întregul macrocosmos după care, ulterior, a creat omul. Atunci când şi-a creat Corpul fizic, care este alcătuit din nenumăratele galaxii şi sisteme planetare, Dumnezeu Tatăl a manifestat simultan trei aspecte fundamentale: Conştiinţa Macrocosmică, Energia Macrocosmică şi Materia Cosmică. Aceste trei aspecte corespund, în plan uman, corpului cauzal sau ideatic, corpului astral sau energetic şi trupului fizic. Esenţa Supremă - sau Viaţa divină - care se ascunde în spatele acestor trei aspecte fundamentale, este însuşi Spiritul Divin nemuritor. Prin urmare, Spiritul divin etern, *Brahman* se manifestă la nivel macrocosmic sub forma Conştiinţei Macrocosmice, a Energiei Macrocosmice şi a corpului material al Universului, iar la nivel microcosmic, El se manifestă sub forma conştiinţei umane, a energiei subtile umane şi a trupului fizic uman. Acest aspect probează, încă o dată în plus, că omul este, într-adevăr, creat după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu Tatăl.

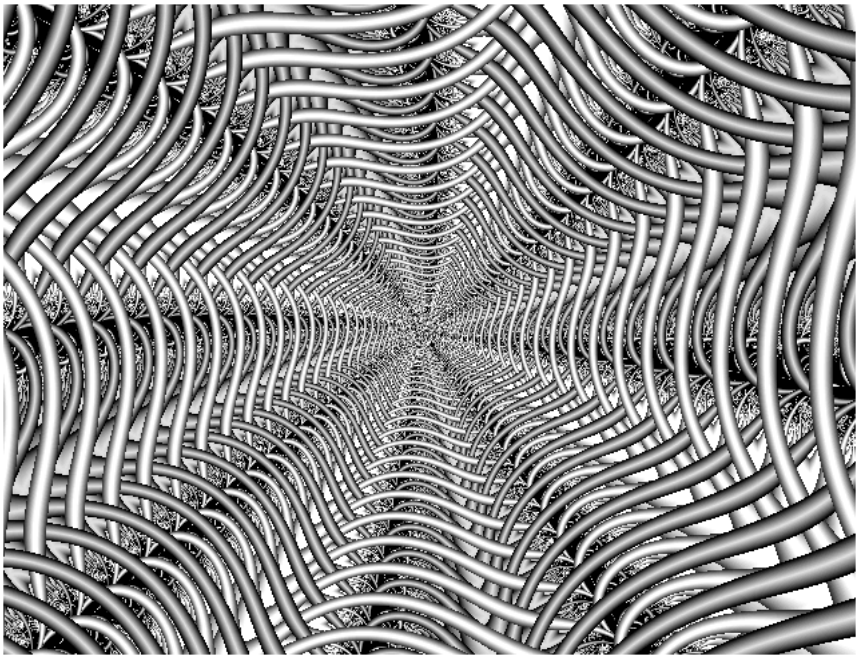
DUMNEZEU TATĂL NE "VORBEŞTE" PRIN INTERMEDIUL VIBRAŢIEI TAINICE MACROCOSMICE A CREAŢIEI

Prin urmare, Dumnezeu Tatăl ne poate apărea cu adevărat chiar şi într-o formă fizică. El este chiar mai personal decât ne putem imagina şi, de fapt, Dumnezeu ne răspunde aproape întotdeauna, numai că, de multe ori, noi nu Îl putem auzi. El ne trimite, în mod constant, pretutindeni unde ne aflăm, vibraţia tainică macrocosmică a gândirii Sale divine; acest proces permanent presupune existenţa unei energii subtile fundamentale, care se manifestă, la rândul ei, prin sunet. Prin urmare, Dumnezeu este Conştiinţă Supremă (*cit*). Dumnezeu este, de asemenea, energie.

"A vorbi" înseamnă "a vibra". Prin vibraţia tainică a energiei Sale macrocosmice, Dumnezeu Tatăl ne vorbeşte tot timpul. În manifestare, El şi-a asumat, mai întâi, ipostaza celor 10 Mame ale Creaţiei (sub forma celor 10 Mari Puteri Cosmice), care s-au materializat, la rândul lor, în universul fizic, în substanţe solide, lichide, în foc, aer şi în eter.

Cele 10 Mame supreme ale Creaţiei, invizibile pentru omul obişnuit, se exprimă totuşi, în mod continuu, în forme vizibile, prin flori, munţi, oceane şi stele. În definitiv, ce este oare materia? Ea nu este nimic altceva decât o formă particulară de vibraţie a Energiei Macrocosmice a lui Dumnezeu. Nici o formă din acest univers nu este cu adevărat solidă. Ceea ce nouă ne apare ca fiind solid nu este, la o analiză atentă şi

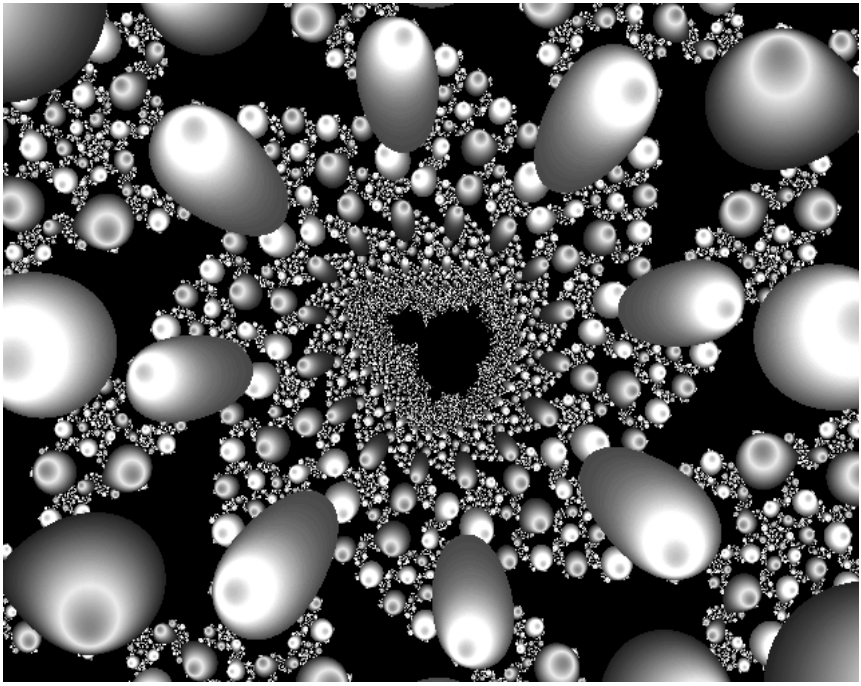




profundă, nimic altceva decât o vibraţie ceva mai densă sau „compactă” a aceleiaşi Energii Divine Supreme.

Prin urmare, Dumnezeu Tatăl ne vorbeşte, întotdeauna, prin intermediul a nenumărate vibraţii, care sunt expresiile energiilor Sale, dar problema care se pune este totuşi de a şti noi cum să comunicăm, în mod direct şi explicit, cu El sau, altfel spus, cum să intrăm direct în stare de rezonanţă cu energiile pure şi elevate, prin intermediul cărora El ne comunică Voinţa Sa Atotputernică. Acesta este, într-adevăr, cel mai sublim gest pe care noi, ca fiinţe umane, îl putem realiza: să comunicăm în mod direct cu Dumnezeu. Reuşind aceasta, El ne va menţine sufletul în miezul plin şi tainic al misterului său divin.

Dacă îi vorbim unui munte, acesta, în mod evident, nu ne va răspunde. (Ecoul pe care ni-l trimit, în unele cazuri, văile sale nu poate fi considerat, cu adevărat, un răspuns.) Dacă le vorbim, în schimb, florilor, aşa cum o făcea yoghinul Burbank, s-ar putea să percepem un răspuns discret şi timid din partea lor. Cât despre oameni, aici este, evident, mult mai simplu. Putem astfel concluziona că, în realitate, cu cât nivelul de evoluţie spirituală este mai elevat, cu atât posibilităţile de comunicare ale unei fiinţe sunt mai complexe, mai nuanţate şi mai profunde. Cum am putea noi crede atunci că Dumnezeu Tatăl ne-ar



răspunde mai puţin decât florile sau decât oamenii, în situaţiile în care noi Îi vorbim şi nouă ni se pare că El nu ne răspunde? Dificultatea în stabilirea unei comunicări directe cu Dumnezeu nu i se datorează niciodată Lui, ci întotdeauna nouă, datorită incapacităţii noastre de a intra în stare de rezonanţă cu frecvenţele elevate de vibraţie pe care DUMNEZEU ne răspunde. Adeseori, datorită înglodării noastre în materialism, poate să apară o evidentă inadecvare sau, altfel spus, o mare incompatibilitate energetică ce face aproape imposibilă comunicarea cu DUMNEZEU. Dacă, în unele situaţii, Dumnezeu Tatăl ne răspunde că soluţia la o anumită problemă care ne frământă este tocmai apropierea de El, în timp ce noi aşteptăm soluţia printr-un ajutor de ordin strict material, atunci este evident că noi vom fi „surzi" şi „orbi" la răspunsul cel real al lui Dumnezeu. Despre această compatibilitate, în ceea ce priveşte capacitatea noastră de a intra în REZONANŢĂ, vorbeşte şi Iisus atunci când spune: „Cine are urechi de auzit, să audă". În astfel de situaţii, sistemul "rezonant" al intuiţiei noastre este cel care nu funcţionează aşa cum trebuie. Într-o asemenea situaţie, chiar dacă Dumnezeu vrea să ne vorbească şi să ne îndrume, iar noi rămânem şi ne complacem în ignoranţă, atunci noi nu Îl vom auzi.

VIBRAŢIA COSMICĂ "VORBEşTE" ÎN TOATE LIMBILE PĂMÂNTULUI

Sfinţii şi marii yoghini ştiu întotdeauna în ce stare de spirit să-L aştepte pe Dumnezeu. De exemplu, în India, există nenumărate mărturii despre un maestru spiritual yoghin care, atunci când se ruga, Dumnezeu îi răspundea întotdeauna, într-un mod concret, cu o voce care părea să coboare din Cer. Chiar dacă acceptăm realitatea existenţei lui Dumnezeu şi în aspectul său personal, este evident că nu trebuie să ne imaginăm, într-un mod naiv, că Dumnezeu are neapărat nevoie de gât şi de corzi vocale pentru a ne răspunde. Dacă noi ne rugăm cu suficientă ardoare, o mare taină divină face ca, într-un mod aparent paradoxal, vibraţiile subtile ale propriei noastre rugăciuni să ne aducă, aproape imediat, un răspuns vibratoriu divin, cu o încărcătură sublim energetică, excepţională, ce se va reflecta mai ales, în sfera noastră psihomentală şi spirituală. Răspunsul de la Dumnezeu poate să apară atunci exact în limba pe care noi suntem obişnuiţi să o auzim şi pe care o cunoaştem cel mai bine. Prin urmare, dacă noi ne rugăm, cu voce tare sau lăuntric, în limba română, răspunsul va putea veni tot în limba română. Acelaşi fenomen este însă valabil şi pentru oricare altă limbă.

Vibraţiile specifice ale diferitelor limbi care sunt vorbite pe glob de diferitele popoare au toate la origine Logosul Divin, vibraţia cosmică originară. În calitatea sa de Logos Divin creator sau, altfel spus, de vibraţie macrocosmică emanatoare, Dumnezeu Tatăl cunoaşte toate limbile Pământului. În fond, la o analiză atentă, descoperim că orice limbă vorbită este un ansamblu de armonii şi succesiuni armonice care pornesc de la anumite vibraţii fonematice primare. Dacă, în continuare, ne vom întreba ce este, în definitiv, o vibraţie fonematică, vom realiza că ea este o anumită formă de energie care, la rândul ei, este expresia concretizată a unui anumit gând. În fazele superioare ale rugăciunii însă, mai mult decât gânduri, noi găsim în adâncul fiinţei noastre stări ale sufletului care apoi nasc, la rândul lor, idei divine.

Prin urmare, cu toate că Dumnezeu aude întotdeauna toate rugăciunile noastre, El nu ne răspunde însă întotdeauna. Situaţia noastră atunci se aseamănă cu aceea a unui copil râzgâiat şi orgolios, care îşi cheamă, cu un glas enervant, mama, iar aceasta, pentru că este suficient de înţeleaptă şi matură, nu consideră că este întotdeauna necesar să vină în ajutorul copilului. Ea îi oferă, de cele mai multe ori, o jucărie foarte frumoasă pentru a-l linişti. Însă, în cazul în care copilul refuză să se liniştească în uitarea pe care i-o aduce fascinaţia jucăriei noi, şi nu doreşte nimic altceva decât prezenţa mamei sale, aceasta, până la urmă, va trebui să vină şi să îl mângâie. Dacă noi dorim cu ardoare să-L cunoaştem, în mod direct, pe Dumnezeu şi să dialogăm oricând cu El în multele şi fascinantele moduri pe care El ni le oferă, în cazul în care am atins un înalt nivel de evoluţie trebuie, înainte de toate, să aspirăm la extazul divin (SAMADHI) al unei continue sărbători a iubirii trăite numai şi numai pentru El. Tocmai de aceea, noi trebuie să fim, la început, precum acel copil "neliniştit" care plânge aproape neîncetat, până când mama sa vine la el plină de compasiune şi dragoste.

Totodată, este important să înţelegem CĂ, ÎNTOTDEAUNA, LA ÎNTREBĂRILE PROST PUSE, DUMNEZEU TATĂL RĂSPUNDE PRIN TĂCERE.

În alte situaţii, dacă, de exemplu, ne vom decide să o implorăm frenetic, aproape **în permanenţă** pe Mama Divină, ce se manifestă în ipostaza uneia dintre cele 10 Mari Puteri Macrocosmice, să ne acorde graţia comunicării şi comuniunii directe cu Ea, Aceasta ne va vorbi până la urmă, mai devreme sau mai târziu, direct proporţional cu adoraţia noastră. Oricât de "ocupată" ar fi o Mare Putere Cosmică la un moment dat, ea ne va răspunde în cazul în care noi continuăm să suspinăm plini de dor după Ea. Dacă vom fi frenetici şi neobosiţi în adoraţia noastră, atunci putem fi siguri că oricare dintre cele 10 Mari Puteri Cosmice va veni să ne vorbească. Scripturile hinduse afirmă în mod precis, că dacă

noi îi vom vorbi lui Dumnezeu timp de o zi şi o noapte, fără întrerupere, Acesta ne va răspunde sau, mai bine zis, datorită elevării accelerate a instrumentelor noastre spirituale de percepţie, vom deveni capabili să înţelegem cu adevărat răspunsurile lui Dumnezeu Tatăl. Dar, cu toate că această modalitate este extrem de simplă faţă de măreţia şi fericirea răspunsului divin care ni se oferă astfel, totuşi vor fi extrem de puţine persoane dispuse să realizeze acest efort! Chiar şi printre miile de practicanţi yoga care primesc acum aceste revelaţii şi care consideră că vor să comunice cu Dumnezeu, sunt totuşi puţini aceia care au atins o suficientă maturitate spirituală, fiind minim purificaţi printr-o iubire divină necondiţionată, astfel încât, să fie capabili să realizeze metoda invocării neîntrerupte a lui Dumnezeu prin rugăciune, timp de o zi şi o noapte, (sau, cu alte cuvinte, timp de 24 de ore neîncetat), în aşteptarea răspunsului Său. În fiecare zi noi avem "obligaţii importante" care, în ultimă instanţă, nu sunt altceva decât forme de manifestare ale demonilor care ne ţin astfel departe de Dumnezeu. Tatăl Ceresc nu va veni la acela care se mărgineşte să rostească din vârful buzelor superficial şi anemic o mică rugăciune, după care el începe imediat să se gândească la altceva, sau care se roagă astfel: "Tată ceresc, Te implor… vai, ce somn mi s-a făcut. Amin!" Sfântul Pavel spunea: "Rugaţi-vă lui Dumnezeu fără încetare" (Tes. 5:17).

În răbdarea sa plină de resemnare, Iov a avut lungi conversaţii cu Dumnezeu. El i-a spus odată lui Dumnezeu: „Ştiu că Tu poţi totul şi că nimic nu poate sta împotriva gândurilor Tale divine…Te implor, ascultă-mă, iar eu îţi voi vorbi. Eu Te voi întreba, iar Tu mă vei învăţa. Urechea mea a auzit vorbindu-se despre Tine, dar acum, ochiul meu Te-a văzut" (Iov 42:2, 4-5).

Atunci când un bărbat îi repetă formal şi mecanic iubitei sale că o iubeşte, ea ştie intuitiv că el nu este sincer, căci imediat ea "aude" cu sufletul ceea ce îi spune cu adevărat inima lui. În mod similar, dar într-o manieră cu mult mai profundă şi mai directă, Dumnezeu Tatăl ştie întotdeauna perfect dacă noi ne rugăm Lui cu inima împietrită, sau dacă Îl purtăm mai mereu în gândurile noastre, pretutindeni şi mereu. El nu răspunde apelurilor anemice sau călduţe, dar apare în faţa celor care i se roagă cu cea mai mare ardoare zi şi noapte. La asemenea chemări pline de fervoare, răspunsul Lui nu lipseşte niciodată.

ÎN REALITATE, NOI NU TREBUIE SĂ NE MULŢUMIM CU NIMIC ALTCEVA ÎN AFARĂ DE REALIZAREASPIRITUALĂ SUPREMĂ A COMUNIUNII TOTALE CU DUMNEZEU TATĂL

În concluzie, se poate spune că trebuie să ne fie foarte clar că nu merită deloc să ne pierdem timpul cu acţiuni mărunte sau care sunt inutile. Este însă evident că pentru noi este mult mai uşor să obţinem nenumăratele daruri de la Dumnezeu, decât Darul Suprem, care este însăşi prezenţa Lui divină în fiinţa noastră. Tocmai de aceea, nu merită să ne mulţumim cu nimic altceva în afară de darul suprem al comuniunii totale cu Dumnezeu Tatăl. Pentru un mare înţelept, toate darurile care vin de la Dumnezeu sunt privite cu o totală detaşare şi egalitate de spirit deoarece, în spatele lor, el Îl vede mereu pe Cel care i le oferă. Marele yoghin, Swami Shivananda, a afirmat la un moment dat: „Oare de ce mi se materializează toate dorinţele cu atâta uşurinţă? Pentru că eu merg direct la ceea ce contează pentru mine cu adevărat: direct la Dumnezeu. În orice aspect al creaţiei, eu Îl văd, înainte de toate, pe El. El este Tatăl nostru, mai aproape de noi decât oricare dintre fiinţele apropiate, mai drag decât toţi cei dragi nouă, mai real decât orice altă persoană. El este, pentru mine, deopotrivă cognoscibil şi incognoscibil."

Dumnezeu Tatăl tânjeşte, cu multă răbdare, după noi. El doreşte să revenim la El. Acesta este dreptul nostru suprem prin naştere. Mai devreme sau mai târziu, noi va trebui să părăsim acest Pământ căci, în realitate, nu este adevăratul nostru cămin. Viaţa noastră pe Pământ nu este nimic altceva decât o şcoală la care noi am fost trimişi de către Dumnezeu pentru a vedea dacă noi dorim deşarta glorie terestră, sau dacă am dobândit suficientă înţelepciune pentru a spune:

"O, Doamne, Dumnezeule, s-a sfârşit cu toate amăgirile mele de până acum. Nu mai doresc să vorbesc cu nimeni altcineva în afară de Tine. Ştiu acum că Tu eşti singura mea comoară nepieritoare căci, chiar şi atunci când întreaga lume va dispărea, eu voi rămâne în veşnicie cu Tine".

Fiinţele umane îşi caută, cel mai adesea, fericirea în căsnicie, în bani, în alcool, în droguri etc. Asemenea persoane nu sunt însă decât nişte simple marionete în mâinile destinului. Numai după ce înţelegem cu claritate acest aspect, în adâncul inimii noastre, putem descoperi adevăratul sens al vieţii, care implică să-L căutăm pe Dumnezeu cu fervoarea purităţii şi a iubirii absolute.

Fiecare dintre noi avem dreptul să ne revendicăm moştenirea noastră divină. Cu cât vom fi mai puţin egoişti, cu atât mai mult vom urmări să-i facem pe ceilalţi fericiţi, ceea ce ne va conduce tot mai des, şi în mod spontan, cu gândul la Dumnezeu. Dimpotrivă, cu cât ne vom gândi mai mult la scopurile meschine care domină această lume şi la pasiunile umane, cu atât mai mult ne vom îndepărta de fericirea sufletească, care provine din bucuria armoniei depline şi profunde cu întregul macrocosmos. Procedând doar astfel noi ne izolăm de "Beatitudinea fericirii universale". Noi trebuie să înţelegem că nu am fost trimişi pe Pământ numai pentru a cădea neputincioşi în capcana pasiunilor şi pentru a ne lăsa pradă suferinţelor. Tot ceea ce ne înlănţuie şi ne ataşează de această lume a pasiunilor are un caracter diabolic, căci ne diminuează beatitudinea şi puritatea sufletului nostru. Cea mai mare fericire cu putinţă nu poate fi obţinută decât atunci când ne scufundăm pe deplin toate gândurile în Dumnezeu.

DE CE SĂ MAI AMÂNĂM CLIPA CUFUNDĂRII ÎN BEATITUDINEA DIVINĂ A SINELUI SUPREM, *ATMAN*?

Pentru mulţi dintre noi este foarte important să ne punem o întrebare plină de bun simţ: „De ce oare să mai consider ceea ce este neesenţial drept important?" Imensa majoritate a oamenilor se concentrează asupra micului dejun, asupra prânzului, asupra cinei, asupra muncii lor, asupra celorlalte activităţi, etc. Totuşi, indiferent care ne este statutul social, am putea să ne simplificăm, în mod radical, viaţa şi să ne focalizăm cât mai des mintea asupra lui Dumnezeu. ***În fond, Pământul nu este nimic altceva decât un loc în care noi ne pregătim să devenim una cu Dumnezeu.*** Tatăl Ceresc doreşte să vadă dacă Îl preferăm doar pe El, sau dacă vrem, în primul rând, darurile Sale. El este Tatăl Suprem, iar noi suntem copiii Lui. El are, de asemenea, dreptul la iubirea noastră, la fel cum şi noi avem dreptul la iubirea Lui. Dificultăţile, problemele, tensiunile, frământările şi zbaterile noastre apar numai şi numai datorită uitării noastre de Dumnezeu. El însă ne aşteaptă răbdător întotdeauna ca să ne întoarcem la El.

Privind cu înţelepciune situaţia jalnică în care se complace acum umanitatea, un mare înţelept contemporan afirma cu umor: „Ce bine ar fi fost dacă Dumnezeu ar fi dat tuturor oamenilor măcar ceva mai mult bun simţ!" Puţini sunt cei care ştiu că noi avem o libertate totală în relaţia noastră cu Dumnezeu Tatăl. Noi avem fiecare libertatea de a-L accepta şi de a-L iubi pe El, sau de a-L respinge. Dumnezeu ne-a oferit, plin de iubire, totul şi iată că noi alergăm năuci, mereu şi mereu, cerşind după nişte bani, după puţină fericire, după puţină iubire. Dar, ne putem întreba totuşi, de ce trebuie totdeauna să cerem numai ceea nu putem lua cu noi în ziua marii despărţiri de planul fizic? Cât timp o să continuăm să ne mai lamentăm datorită problemelor noastre care sunt legate de bani, de afaceri, de boli şi de celelalte dificultăţi aparente ale noastre? Noi, ca fiinţe umane conştiente şi lucide, ar trebui să ne rupem cât mai repede de toate condiţionările şi determinismele diabolice ale societăţii contemporane şi, restabilind în noi adevărata demnitate spirituală, ar trebui să ne focalizăm asupra Nemuririi şi asupra Împărăţiei nepieritoare a lui Dumnezeu căci, pentru fiecare dintre noi, acesta este locul nostru adevărat.

SINGURĂ, NUMAI ÎMPĂRĂŢIA LUI DUMNEZEU, ESTE CEA CARE CONTEAZĂ CU ADEVĂRAT

Marii înţelepţi şi yoghini au insistat asupra detaşării faţă de tot ceea ce este efemer, deoarece orice ataşament material pronunţat riscă să ne împiedice să atingem Împărăţia lui Dumnezeu. A renunţa cu detaşare, nu înseamnă, nicidecum, a ignora, ci numai a abandona micile plăceri trecătoare pentru beatitudinea eternă. Dumnezeu ne vorbeşte atunci când noi acţionăm pentru El şi în numele Lui, iar noi, la rândul nostru, trebuie să-I vorbim plini de iubire, în permanenţă. Este, de asemenea, important să-I spunem ce avem pe suflet. Noi ne putem adresa adesea Lui, astfel: „Doamne Dumnezeule, Te implor cu umilinţă dăruieşte-mi Graţia Ta Supremă". Făcând aceasta, noi nu trebuie să considerăm niciodată tăcerea Lui drept un răspuns definitiv.

Adeseori, Dumnezeu va începe prin a ne răspunde împlinind una dintre dorinţele noastre, arătându-ne astfel că este atent la noi. Este însă cazul să menţionăm încă o dată că nu trebuie să ne limităm niciodată la darurile Sale. Trebuie să-i spunem, ferm şi continuu, că nu vom fi niciodată pe deplin fericiţi până când nu ne vom contopi definitiv cu El. În cele din urmă, Dumnezeu Tatăl va începe prin a ne dărui un răspuns, care ne va oferi cu adevărat un mesaj divin. Atunci s-ar putea să avem viziunea unui sfânt, a unui înger, sau s-ar putea să auzim, pur şi simplu, Vocea Sa divină. Vom şti atunci, în virtutea unui tainic sentiment inefabil, că suntem în comuniune cu Dumnezeu. Tărâmul angelic uneşte supraformalul cu lumea formelor. De aceea, în unele situaţii, Dumnezeu

ne poate apărea şi sub forma unuia dintre mesagerii Săi angelici dar, chiar şi în acest caz, noi nu va trebui să uităm nici o clipă că, de fapt, vorbim cu Dumnezeu Tatăl.

Pentru a obţine acest dar suprem, este însă necesar un efort constant, neîncetat şi frenetic. Nimeni nu ne poate explica teoretic şi nici nu ne va putea descrie cu lux de amănunte această inefabilă stare de aspiraţie către Dumnezeu şi nici ce anume produce în noi fiorul ei divin. Noi nu avem altceva de făcut, decât să o trezim şi apoi să o amplificăm mereu şi mereu în noi înşine. În ultimă instanţă, chiar şi această trezire şi amplificare spontană a aspiraţiei către Dumnezeu nu este, la rândul ei, nimic altceva decât tot expresia Graţiei lui Dumnezeu. Unul dintre proverbele indiene spune că: „Oricine poate aduce un cal la adăpat, dar nimeni nu îl poate sili să bea apă. Dacă totuşi calului îi este foarte sete, el va căuta singur apa, cu cel mai mare zel din lume." Tot astfel, şi noi atunci când vom avea o sete uriaşă de Dumnezeu, şi nu vom mai acorda absolut deloc importanţă celorlalte activităţi - lumeşti sau corporale - El va veni cu siguranţă la noi. Atunci când noi Îl vom chema în fiinţa noastră pe Dumnezeu, cu toată ardoarea inimii noastre, fără să ne mai găsim fel de fel de scuze pentru a evita să facem aceasta, El va veni.

Pentru a ajunge aici, trebuie să eliminăm complet din mintea noastră neîncrederea şi îndoiala că Dumnezeu nu ne va răspunde. Majoritatea oamenilor se autosabotează şi, tocmai de aceea, nu obţin nici un răspuns de la Dumnezeu, mai ales pentru că sunt foarte sceptici şi pesimişti. Pe cei care sunt absolut hotărâţi să îşi atingă scopul, nimic şi nimeni nu îi poate opri. Dacă, la scurt timp după aceea, abandonează, ei îşi dau astfel singuri sentinţa. Cine a ajuns să cunoască, în propria sa fiinţă şi cu adevărat, succesul divin, nu cunoaşte cuvântul "imposibil".

Credinţa noastră în Dumnezeu este, de fapt, expresia puterii nelimitate a lui Dumnezeu din interiorul nostru. Dumnezeu ştie - prin însăşi Conştiinţa Sa divină - că El a creat totul. În mod similar, se poate spune că a avea credinţă în Dumnezeu înseamnă, de fapt, a şti, a fi absolut convins, că suntem fiecare dintre noi făcuţi după chipul şi asemănarea lui Dum-

nezeu. Atunci când noi ne aflăm în armonie cu Conştiinţa Divină dinlăuntrul nostru, cu Sinele nostru nemuritor (*atman*), noi putem face minuni. Nu trebuie să uităm însă atunci că în voinţa noastră rezidă, în realitate, voinţa atotputernică şi pură a lui Dumnezeu sau, cu alte cuvinte, că voinţa noastră nu este nimic altceva decât o reflexie în miniatură a Voinţei lui Dumnezeu. Numai atunci când, plini de încredere în susţinerea divină, vom refuza să ne dăm bătuţi, chiar şi în faţa unui munte de dificultăţi, când mintea noastră va fi absolut hotărâtă să depăşească toate obstacolele care ne-ar putea apare pe calea evoluţiei spirituale, numai atunci vom constata că Dumnezeu ne răspunde.

În ipostaza Sa de vibraţie Supremă Macrocosmică, Dumnezeu este Cuvântul Creator (Logosul divin). În calitate de Cuvânt Creator, El vibrează chiar şi în interiorul atomilor. Fiecare atom are, astfel, un sunet propriu şi întregul univers emite o muzică a Totalităţii, în care orice monadă este integrată armonic în Marea Simfonie a lui Dumnezeu. Aceasta este tainica muzică inefabilă a sferelor care poate fi auzită lăuntric atunci când meditǎm intens şi profund. Chiar şi acum, în acest moment, cei cu un înalt nivel de evoluţie spirituală, precum şi fiinţele eliberate spiritual, aud vocea cea tainică a lui Dumnezeu sub forma acestei vibraţii divine continue. Sunetul macrocosmic primordial, AUM, pe care îl auzim în plan subtil atunci când realizăm tehnica de Laya Yoga cu această *Mantra*, este însăşi vocea cea eternă a lui Dumnezeu. Acest sunet poate lua, prin modulări şi aranjări specifice, forma limbii pe care o vorbim. Atunci când noi realizăm tehnica de Laya Yoga cu *Mantra* AUM şi îi punem, totodată, lui Dumnezeu, din adâncul fiinţei noastre, o întrebare, dacă deja am ajuns să realizăm o comunicare divină autentică, vom constata, cu uluire, că acest sunet se modulează, în mod tainic, în fraze perfect inteligibile în limba română, care ne vor oferi instrucţiuni şi revelaţii precise.

În comunicarea sa inefabilă cu noi, Dumnezeu se adresează, de asemenea, adeseori intuiţiei noastre spirituale. Atunci când noi vom învăţa

să ascultăm, aproape în permanenţă, indiferent de ceea ce facem, Vibraţia cosmică divină, ne va fi mult mai uşor să-i înţelegem Vocea divină. Dar, chiar dacă nu facem nimic altceva decât să ne rugăm lui Dumnezeu, fără a cunoaşte tehnica de Laya Yoga cu Mantra AUM, în cazul în care voinţa şi aspiraţia noastră sunt suficient de puternice, vom putea totuşi primi răspuns prin vocea lui Dumnezeu, care modulează, în mod tainic, eterul macrocosmic, *akasha tattva*. De fapt, Tatăl Ceresc ne vorbeşte întotdeauna, spunându-ne:

"Cheamă-Mă mereu, vorbeşte-Mi din profunzimea inimii tale, din străfundurile fiinţei tale, din sanctuarul sufletului tău, cu insistenţă şi cu o hotărâre ferm menţinută, continuă să Mă cauţi, chiar dacă, deocamdată, nu-ţi voi răspunde. Dacă nu vei înceta niciodată să-Mi adresezi în inima ta, însetată de tainicul Meu vid beatific, acest murmur: 'O, Multiubitule Tată Ceresc, care eşti atât de tăcut, Te implor plin de umilinţă, vorbeşte-mi', atunci Eu voi veni la tine, dacă tu îmi eşti suficient de dăruit".

Dacă noi vom auzi, fie chiar şi o singură dată, răspunsul lui Dumnezeu, nu ne vom mai simţi niciodată separaţi de El. Această supremă experienţă divină va rămâne de-a pururi în noi. Dar această "prima oară" este, la început, mai greu de obţinut căci, de cele mai multe ori, inima şi mintea nu sunt uşor de convins să renunţe definitiv la tendinţele inferioare. Adeseori noi ne mai îndoim încă şi suntem frământaţi sau tulburaţi de această neîncredere, din cauza impulsurilor noastre materialiste anterioare (deoarece unele dintre acestea sunt adânc scufundate în subconştientul nostru).

DUMNEZEU TATĂL RĂSPUNDE NUMAI LA ÎNTREBĂRILE OAMENILOR ADEVĂRAŢI CARE SUNT PURI şI SINCERI

Dumnezeu răspunde tuturor fiinţelor umane care sunt pure şi sincere, indiferent de statutul social, credinţă sau culoare. La întrebările prosteşti sau la întrebările prost puse, Dumnezeu răspunde însă, întotdeauna, prin tăcere. Un proverb indian susţine că dacă îl invocăm, din toate puterile, în inima noastră, pe Dumnezeu, manifestat sub forma Divinei Mame Cosmice, Aceasta nu poate rămâne tăcută. Ea este atunci dispusă să ne vorbească. Nu este oare minunată această şansă divină care ni se oferă cu atâta generozitate?

În concluzie, reflectând la toate aspectele care au fost revelate acum, este imperios necesar să înţelegem că nu mai trebuie să ne îndoim niciodată că Dumnezeu ne va răspunde direct şi foarte concret, în măsura în care noi vom continua să Îl chemăm la noi cu dragoste şi insistenţă.

În Vechiul Testament se spune: "Şi atunci Domnul Dumnezeu i-a vorbit lui Moise faţă-n faţă, la fel cum un om vorbeşte cu prietenul său" (Exod 33:11).

CUGET□RI □I AFORISME

- Trebuie să ne eliberăm pe noi înşine de egoism pentru a ne umple de Dumnezeu. Chiar Dumnezeu nu poate umple ceea ce este plin. (Maria Tereza)
- Credința puternică este canalul subtil care ne leagă de infinit. (Elisabeth Oakes Smith)
- Fizicul este substratul spiritualului; şi acest aspect trebuie să dea o semnificație transcendentă alimentelor pe care le mâncăm şi aerului pe care-l respirăm. (William Tyundale)
- Dacă vom descoperi o teorie completă [a originii universului] trebuie ca ea, în timp, să poată fi înțeleasă, în principiu, de fiecare, nu doar de câțiva oameni de ştiință. Atunci vom putea, toți – filozofi, oameni de ştiință şi oameni obişnuiți, să luăm parte la discuția asupra întrebării de ce noi şi universul existăm. Dacă vom găsi răspunsul adevărat la această întrebare, el va fi, totodată, triumful ultim al rațiunii umane, pentru că atunci vom cunoaşte mintea lui Dumnezeu. (Stephen Hawking)
- Credința care niciodată nu este încercată de îndoială este o credință moartă. (Miguel de Unamuno)

- Venim. Plecăm. Şi între aceste două momente încercăm să înțelegem misterele care ne înconjoară. (Rod Steiger)
- Frica întemnițează, credința puternică în DUMNEZEU ne eliberează; frica paralizează, credința puternică în DUMNEZEU ne dă putere; frica îmbolnăveşte, credința puternică în DUMNEZEU ne vindecă; frica ne face nefolositori, credința puternică în DUMNEZEU ne învață să fim de folos celorlalți. (Harry Emerson Fosdick)
- Ce este sufletul? El este întocmai ca electricitatea – noi nu ştim ce este ea cu adevărat, dar pentru noi este clar că ea este o forță care poate lumina o cameră sau un oraş întreg. (Ray Charles)
- Rugăciunea nu Îl transformă pe Dumnezeu, ci mai ales pe acela care se roagă. (Soren Kirkegaard)
- Cel mai bun mod de a-L cunoaşte pe Dumnezeu este să iubeşti, constant şi intens, cât mai multe ființe umane. (Vincent Van Gogh)
- Acela care doreşte să-L descopere pe Dumnezeu cel viu nu trebuie să-L

caute în deşertăciunea ..... ci în dragostea umană. (Fyodor Dostoievski)

- Privind din punctul de vedere al unui vindecător, eu văd spiritualitatea ca incluzând credința într-un anumit sens tainic sau într-o ordine misterioasă care există în univers. Văd forța atotputernică din spatele creației ca fiind o energie uriaşă, iubitoare, inteligentă. Pentru unii, aceasta poartă eticheta lui Dumnezeu, pentru alții ea poate fi văzută doar ca o sursă de vindecare. (Bernie S. Siegel)
- Credința de nezdruncinat este substanța secretă a lucrurilor sperate şi dovada lucrurilor nevăzute. (Evrei 11:)
- Până nu ajungi să ştii că viața este foarte interesantă şi până când nu o trăieşti ca atare, înseamnă că nu ți-ai găsit sufletul. (Geoffrey Fisher)
- Numai uitând de tine (de ego n.n.) te apropii cu adevărat de Dumnezeu. (Henry David Thorean)
- Dacă ceilalți îți dau sau nu dreptate, nu contează foarte mult; ceea ce contează cu adevărat este credința în DUMNEZEU. (Robertson Davies)
- Nu este nimic mai impresionant decât rugăciunea spontană, pentru că ea nu implică o pregătire lungă şi arzătoare a sufletelor. (G. B Shaw)
- Prefer să trăiesc într-o lume în care viața mea este mai mereu înconjurată de mister, decât să trăiesc într-o lume atât de mică pe care mintea mea să o poată cuprinde (înțelege). (Harry Emerson Fosdick)
- Cândva, când vom stăpâni vânturile, valurile, mareele şi gravitația, vom oferi lui Dumnezeu energiile iubirii şi atunci, pentru a doua oară în istoria lumii, se va putea spune că omul a descoperit din nou focul. (Pierre Teillard de Chardin)
- Sunt perfect convins că dragostea intensă şi necondiționată este cel mai puternic stimulent cunoscut pentru întărirea sistemului imunitar. Dacă le spun pacienților să-şi ridice nivelele sângelui sau imunoglobulele pentru a ucide celulele T, nimeni nu va şti cum s-o facă. Dar dacă pot să-i învăț să se iubească pe ei înşişi şi pe ceilalți pe deplin, aceleaşi schimbări se petrec automat. Adevărul este că dragostea vindecă. (Bernie S. Siegel)
- Vindecarea care este realizată prin dragoste este dragoste. Iar dragostea este principiul unificator universal în toate demersurile vindecării. (Hugh Prather)
- Nu există surpriză mai magică decât aceea de a fi iubit. Cel mai adesea, noi

nu ne dăm seama că aceasta este mâna lui Dumnezeu care este pusă pe umărul omului. (Charles Morgan)

- Dragostea este un medicament universal pentru răul din lume; ea este adeseori prescrisă, dar rareori este luată. (Karl A. Menninger)
- Dragostea înseamnă, înainte de toate, abandonarea fricii. (Gerald Jampolsky)
- Toate marile probleme cheamă o dragoste mare. (Friedrich Nietzsche)
- Dragostea puternică îi vindecă pe oameni, atât pe cei care o primesc, cât şi pe cei care o dăruiesc. (Karl A. Menninger)
- Nu există dificultate pe care dragostea să nu o poată cuceri; nu există boală pe care să nu o poată vindeca; nu există uşă pe care ea să nu o poată deschide. Nu contează cât de mare este problema, cât de fără speranţă este perspectiva, cât de încurcate sunt lucrurile, cât de mare e greşeala. O trăire intensă şi continuă a dragostei va dizolva totul. Numai dac-ai putea să iubeşti destul şi atunci ai fi cea mai fericită şi cea mai puternică fiinţă de pe pământ. (Enimet Fox)
- Dragostea este singurul răspuns sănătos şi perfect satisfăcător la toate problemele existenţei umane. (Erich Fronin)
- Domnul DUMNEZEU este puterea nesfârşită şi cântecul meu, El este totdeauna salvarea mea. (Exod 15:2)
- Adesea, Dumnezeu trebuie să ne închidă o uşă în faţă pentru a putea, ulterior, să deschidă pentru noi uşa prin care El doreşte ca noi să mergem. (Catherine Marshall)
- Atunci când eşti cu Dumnezeu nimic nu îţi va fi imposibil. (Luca 1:37)
- Sănătatea este o stare despre care medicina nu are nimic de spus; sfinţenia este o stare despre care teologia nu are nimic de spus. (W. H. Audin)
- Medicii nu ştiu totul cu adevărat. Ei înţeleg problema, nu spiritul. Iar tu şi eu trăim în Spirit.
- Sufletul este totdeauna vopsit în culorile gândurilor sale. (Marcus Aurelius)

- Acela care nu crede că Dumnezeu doreşte ca acest fir de nisip să se găsească în acest loc şi nu în altul, nu crede deloc în DUMNEZEU. (Proverb hasidic)
- Adevărata prietenie este întocmai ca şi sănătatea; valoarea ei este rareori cunoscută până când e pierdută. (Charles Caleb Colton)
- Tot ceea ce ne irită la ceilalți, dacă este privit cu înțelepciune, poate să ne facă să ne înțelegem mai bine pe noi înşine. (Carl Jung)
- Recunoştința este, în realitate, memoria inimii. (Proverb francez)
- Cel care a pierdut un prieten are mai mult temei de bucurie că a avut o dată unul, decât durerea că i-a fost luat. (Seneca)
- Prietenii sunt acele rare persoane care te întreabă cum te simți şi apoi aşteaptă să audă şi răspunsul. (Ed. Cunningham)
- Nici un act de bunătate, oricât de mic, nu este vreodată irosit. (Aesop)
- Cum ar putea omul exista dacă Dumnezeu nu ar avea, cu adevărat, nevoie de el şi cum ai putea tu exista? Tu ai nevoie de Dumnezeu pentru a exista şi Dumnezeu are nevoie de tine – pentru că El este înțelesul Suprem şi ultim al vieții tale.
- Ceea ce noi suntem este darul lui Dumnezeu către noi. Ceea ce noi devenim este darul nostru către Dumnezeu. (Louis Nize)
- Marele act de credință este atunci când omul are, cu adevărat, revelația că în el este Dumnezeu. (Oliver Wendell Holmes Jr.)
- Vei descoperi, când te vei uita în urmă în toată viața ta, că momentele formidabile care se remarcă sunt mai ales momentele în care ai făcut ceva pentru ceilalți. (Henry Drummond)
- Una dintre cele mai minunate compensații din această viață este, fără îndoială, aceea că ABSOLUT nici un om nu poate să urmărească sincer să-l ajute pe un altul fără ca, în acelaşi timp, să nu se ajute, totodată, pe sine însuşi. (Ralph Waldo Emerson)

- Prietenii adevărați sunt rudele pe care ți le faci pentru tine însuți. (Eustache Deschamps)
- Două lucruri sunt pentru mine foarte importante în viață. Să ai o atracție sinceră către oameni şi să fii bun cu ei. Bunătatea, aşa cum am descoperit, este totul în viață. (Issac Bashevis Singer)
- Nimeni nu este vreodată nefolositor pe lumea asta, dacă

uşurează, câtuşi de puţin, povara altcuiva. (Charles Dickens)

- Mergi de câte ori este necesar acasă la prietenul tău, pentru că, altfel, ierburile vor năpădi cărarea neumblată. (Proverb scandinav)
- Întâlnirea a două suflete care au simpatii reciproce şi AFINITĂŢI este întocmai ca şi contactul a două substanţe chimice: dacă există o reacţie profundă, după aceea, amândouă sunt mult transformate. (Carl Jung)
- Prietenii buni sunt buni chiar şi pentru sănătate. (Irvin Sarason)
- Atâta timp cât iubim, suntem de un real folos, atâta timp cât suntem iubiţi de ceilalţi, aş putea spune că suntem aproape indispensabili; şi trebuie să ne dăm seama că nici un om nu este nefolositor, atâta timp cât are un prieten. (Robert Louis Stevenson)
- Experienţa nu constă doar în ceea ce ţi se petrece ci, mai ales, în ceea ce faci cu ceea ce ţi se petrece. (Aldous Huxley)
- Pentru a se vindeca, oamenii trebuie, în primul rând, să îşi dea seama că au un ghid profund în interiorul lor şi, în al doilea rând, trebuie să aibă o mare încredere în el. În general, noi nu învăţăm cum să ne ascultăm pe noi înşine. Drept urmare, noi nu ne încredem şi nici nu prea avem grijă de noi înşine, în conformitate cu ceea ce ghidul nostru interior încearcă să ne transmită. (Shakti Gawain)
- Încrederea de nezdruncinat în sine este esenţa eroismului. (Ralph Waldo Emerson)
- Să ştiţi că nicăieri nu poate găsi mintea un loc mai plin de pace şi mai liber de griji decât în propriul ei suflet. (Marcus Aurelius)
- Când, într-adevăr, ne iubim şi ne acceptăm pe noi înşine exact aşa cum suntem, atunci totul în viaţă se desfăşoară în mod firesc. (Louise L. Hay)
- Bucură-te întotdeauna din plin de propria ta viaţă fără a o compara cu a altora. (Marguis de Condorcet)
- Pune-ţi energia, mintea şi sufletul chiar şi în cele mai mici acţiuni. Acesta este secretul succesului. (Swami Sivananda)
- Începe ACUM - nu mâine, nu săptămâna viitoare, ci astăzi – să trăieşti intens clipa şi fă ca această zi să conteze. Ţine minte, ziua de ieri a trecut, iar cea de

mâine este cu putință să nu mai vină niciodată. Ziua de astăzi este tot ceea ce avem. (Ellen Kriedman)

- O zi trăită astăzi valorează cât două mâine. (Thomas Fuller)
- Nici un om nu ştie cu adevărat de ce este capabil până nu încearcă. (Pablilius Syrus)
- Viața noastră este scurtă, iar timpul pe care-l pierdem dormind nu va putea fi niciodată recuperat. (Stendhal)
- Când trebuie, poți. (Proverb evreiesc)
- Omul rațional se adaptează el însuşi la lume: cel irațional persistă, în mod ferm, în încercarea sa de a adapta lumea la el însuşi. Prin urmare, progresul depinde de cel din urmă. (G.B.Shaw)
- Briza Grației Divine suflă permanent asupra noastră a tuturor. Dar trebuie să ridicăm sus pânzele pentru a o simți. (Ramakrishna)
- Am învățat că iertarea adevărată implică o acceptare totală. Şi, prin această acceptare, rănile sunt vindecate şi fericirea este din nou posibilă. (Catherine Marshall)
- Timpul nu are diviziuni pentru a-şi marca trecerea, nu există niciodată o furtună cu descărcări electrice sau nişte sunete de trâmbițe care să anunțe începutul unei noi luni sau a unui nou an. Chiar şi atunci când un nou secol începe, numai noi muritorii batem clopotele şi tragem în aer focuri de pistol. (Thomas Mann)
- Nu ceea ce vedem, atingem sau fac alții pentru noi ne face foarte fericiți; ci ceea ce gândim, simțim şi facem, mai întâi pentru cei de lângă noi şi apoi pentru noi înşine. (Helen Keller)
- Doamne Dumnezeule, acordă-ne Grația de a accepta cu seninătate situațiile care nu pot fi modificate, curaj pentru a transforma situațiile care trebuie să fie transformate şi înțelepciune pentru a discerne între cele două. (Reinhard Niebuhr)
- A-ți dori să fii sănătos este o componentă a stării de sănătate. (Seneca)
- Pentru a realiza lucruri mărețe trebuie să trăim ca şi cum nu vom muri niciodată. (Vauvernagues)
- O boală poate fi vindecată dacă urmărim să ne tranformăm felul în care gândim, credem şi acționăm. (Louise L. Hay)
- Frica se naşte mai ales din ignoranță. (Ralph Waldo Emerson)
- Pot să suport ceea ce cunosc. Ceea ce nu ştiu mă sperie. (Frances Newton)

- Dacă judeci prea mult oamenii nu prea îți mai rămâne timp să-i iubeşti. (Maica Tereza)
- Nu este niciodată prea târziu să renunțăm la prejudecățile noastre prosteşti. (Henry David Thoreau)
- În ceea ce priveşte timpul, nimic nu valorează mai mult ca ziua de azi. (Goethe)
- Doar cu inima trezită şi deschisă poți vedea corect; ceea ce este esențial este invizibil ochiului. (Antoine de St. Exupéry)
- Numeroasele dorințe ale omului sunt întocmai ca monedele mici de metal pe care el le poartă în buzunar. Cu cât are mai multe, cu atât sunt mai grele şi îl trag în jos. (Satya Sai Baba)
- Nu poți să ajungi, cu adevărat, foarte departe dacă nu începi de foarte de aproape. (J. Krishnamurti)
- Un bătrân se plimba pe plajă la răsărit. În drumul său, a întâlnit un tânăr care culegea steluțele de mare ce se aflau eşuate pe nisip şi le arunca înapoi în ocean. Bătrânul s-a oprit, au început să discute şi atunci tânărul i-a explicat că, dacă nu ar proceda astfel, steluțele vor muri când le va prinde soarele. „Dar tu ignori că plaja se întinde pe sute de km şi sunt mii de steluțe de mare care se află în această situație", a spus bătrânul. „Cum pot să aibă vreo importanță eforturile tale?" Tânărul a privit steluța pe care tocmai o avea în mână şi apoi a aruncat-o în valuri şi i-a răspuns „Tocmai pentru aceasta au importanță".
- În numele lui Dumnezeu, opreşte-te măcar o clipă, opreşte-te din ceea ce faci şi priveşte cu atenție în jurul tău. (Lev Tolstoi)
- Cu cât sunt mai nobile, mai înalte şi mai mari angajamentele noastre, cu atât mai mult vom deveni acela care vrea Dumnezeu să fim. (Elisabeth Kubler-Ross)
- Cel mai bun şi mai sigur lucru este să ne păstrăm echilibrul în viață şi să recunoaştem imensa putere care se află în noi şi în jurul nostru. Dacă poți face mai mereu asta şi dacă poți să trăieşti aşa, eşti într-adevăr un om înțelept. (Euripides)
- Nu cere ca evenimentele să se petreacă numai după voința ta, ci lasă-le să se petreacă aşa cum este în firea lucrurilor şi, astfel, îți vei găsi pacea. (Epictetus)
- Alege să iubeşti şi să-i faci pe ceilalți fericiți şi atunci viața ta se va transforma profund pentru că, făcând asta, vei găsi şi tu, în acelaşi timp, fericire şi iubire. Primul

pas către pacea interioară este să te hotărăşti să dai şi nu să primeşti dragoste. (Bernie S. Siegel)

- Nu voi renunța să mă înalț sufleteşte orice s-ar întâmpla. Îi mulțumesc lui Dumnezeu pentru sufletul meu invincibil. (William Henley)
- Nu gândi niciodată că amânările lui Dumnezeu sunt refuzuri. Perseverează şi dăruieşte-te Lui neîncetat. Răbdarea este, întotdeauna, în mâinile lui Dumnezeu. (Gandhi)
- Pentru cel care ştie ce trebuie să facă aproape nimic nu este imposibil; există căi care duc la orice realizare şi, dacă am avea suficientă voință, am avea întotdeauna suficiente mijloace. Spunem de multe ori că lucrurile sunt imposibile, doar ca o simplă scuză. (François de la Rochefoucauld)
- Nimic nu este cu adevărat dificil dacă-l suporți în doze mici. (Henry Ford)
- În toiul iernii am învățat, în cele din urmă, că în mine există o vară invincibilă. (Albert Camus)
- Cea mai mare satisfacție pe care o poți avea în viață este să faci, cât mai des, ceea ce ceilalți consideră că nu poți. (Walter Bagehot)
- Despre majoritatea lucrurilor care erau importante pe lumea asta s-au spus că sunt imposibile înainte de a fi realizate. (Louis Braudeis)
- Dumnezeu nu ne-a făcut să fim roşi de anxietate, ci ca să mergem drepți, iubitori, liberi şi fără frică într-o lume în care există multe lucruri minunate de realizat, adevăr de căutat şi dragoste de oferit şi de primit. (Joseph Fort Newton)

- Pentru mine, procesul vindecării pe o cale naturală implică transformarea modului de a gândi, dragoste necondiționată, iertare şi îndepărtarea fricii. (Gerald Jampolsky)
- Cea mai adâncă aspirație a omului este nevoia de a învinge sentimentul separării, de a părăsi închisoarea singurătății lui.
- Nu tu eşti acela care îți alegi familia. Ea este darul lui Dumnezeu către tine, aşa cum tu eşti darul Lui pentru ei.
- Vine un timp în viața unui om când, pentru a ajunge acolo unde trebuie – dacă nu există uşi sau ferestre – trebuie să treacă prin zid.
- Eu cred că adevărul neînarmat şi dragostea puternică necondiționată

vor avea cândva ultimul cuvânt în această realitate. De aceea, să nu uităm că binele, chiar învins temporar, este mai puternic decât răul triumfător.

- Fii puternic şi curajos; nu te teme şi nici nu te înspăimânta, pentru că Domnul Dumnezeul Tău este mereu cu tine oriunde mergi. (Joshua 1:9)
- Curajul este rezistența la frică, depășirea fricii – nu absența completă a fricii. (Mark Twain)
- Doar un om curajos ştie cum să ierte… Un laş nu iartă niciodată; nu este în natura lui. (Lawrence Sterne)
- Nu există nimic de temut mai mult decât frica. (Henry David Thoreau)
- Un om poate fi chiar distrus, dar nu învins. (Ernest Hemingway)
- Speranța este visul mirific al unui om treaz. (Diogene)
- Speranța puternică este, pentru unii, medicul oricărei suferințe.
- Cel care spune că ceva nu se poate face, nu trebuie să-l întrerupă sau să-l împiedice pe cel care face. (Proverb chinez)

TEHNICI YOGHINE SIMPLE DE EXTAZIERE

Fiecare om ar vrea să fie fericit şi chiar extaziat, dar numai yoghinii avansaţi cunosc anumite modalităţi tainice prin care această divină stare poate fi atinsă şi păstrată cât mai mult timp cu putinţă.

Referitor la această oarbă căutare a omului obişnuit, marele filosof Voltaire scria: *"Oamenii caută cu toţii fericirea însă, fără să ştie cu precizie unde ar putea fi aceasta, adeseori ei acţionează întocmai precum acei beţivi care îşi caută, în mod confuz, casa, ştiind că au una pe undeva."* În faţa unei astfel de situaţii paradoxale, tot el intuia o soluţie genială pentru a ieşi din acest impas, sugerându-ne, înainte de toate, să trezim şi să amplificăm în noi o atitudine creatoare:

"Dacă, pentru unii, nefericirea este pretutindeni, nu trebuie niciodată să uităm că, tot astfel, este şi cu fericirea."

Cei mai mulţi oameni nu ştiu cum să fie sau nu îndrăznesc să fie fericiţi chiar în momentul prezent, bucurându-se plenar de tot ceea ce au şi, mai ales, de tot ceea ce sunt. Ei proiectează aproape întotdeauna fericirea într-un ipotetic viitor legând-o, cel mai adesea, de anumite dorinţe, aspect care l-a şi determinat pe marele maestru yoghin Swami Shivananda să afirme cu umor: *"Dacă s-ar clădi casa fericirii, pentru cei mai mulţi oameni cea mai mare încăpere a acesteia ar fi sala de aşteptare."*

Totuşi, în Orient, există o străveche metodă yoghină foarte simplă, de atingere şi menţinere, foarte mult timp, a unei stări de extaz. Ea se bazează pe punerea cât mai constantă în practică a trei principii fundamentale.

Primul principiu: să fim întotdeauna noi înşine

Marii înţelepţi ai acestei planete au afirmat, dintotdeauna, că este zadarnică strădania şi zbaterea noastră egotică, în care căutăm cu obstinaţie şi încrâncenare să controlăm o situaţie, încercând să transformăm lumea din jurul nostru, sau să încântăm un suflet, sperând că îi vom aduce, mai mereu, fericire, dacă noi nu ne-am trezit şi nu ne-am dezvoltat, în primul rând în noi înşine, o excelentă stăpânire de sine, care trebuie să fie însoţită de o mare spontaneitate şi naturaleţe. Din această cauză, metodele yoghine care conduc la stări foarte lungi de extaz divin, încep întotdeauna printr-o fază OBLIGATORIE de reconciliere cu propria noastră fiinţă sau, altfel spus, de împăcare cu noi înşine, etapă care este susţinută şi împlinită printr-o profundă trezire a sufletului şi printr-o centrare în Sinele nostru Divin (*Atman*). Acesta este un proces similar celor care sunt realizate în unele ritualuri mistice ori religioase, generatoare de extaz divin, în care diferitele rugăciuni, invocaţii, formule şi gesturi sacre, tainic sincronizatoare cu realităţile divine, nu au alt scop decât această "regăsire de Sine, în Sine şi prin Sine". Prin urmare, *primul pas care trebuie să îl facem pentru a atinge şi pentru a menţine, cât mai mult, unele stări plenare de fericire înălţătoare, este acela de a ne interioriza cât mai des cu putinţă, căutând în adâncul sufletului nostru sursa şi esenţa ultimă a extazului divin, care nu este nimic altceva decât o expresie a regăsirii de Sine.* Acest principiu poate părea, la prima vedere, foarte simplu, dar el este esenţial pentru transformarea noastră spirituală. Orice tehnică yoghină care se bazează pe acest principiu nu face decât să ne ajute să

trăim, din ce în ce mai intens şi plenar, o stare care, de fapt, nouă, ca fiinţe umane conştiente, ne este totdeauna proprie şi firească: starea de fericire extatică.

Marele yoghin Swami Vivekananda afirma că mult mai important decât ceea ce faci sau ceea ce vrei să pari a fi este să realizezi, cât mai repede şi cât mai profund, cine eşti cu adevărat: *"Căci Sinele tău nemuritor este mai vast decât tine (ca personalitate individuală) şi, astfel, Adevărul tău divin devine, într-un anumit sens, dez-minţirea ta (sau, altfel spus, anularea ataşamentelor mentale iluzorii). Iar Sinele Divin (Atman) care, prin revelare, a rupt cercul strâmt al eu-lui, ne aduce, în acest fel, extazul, el fiind infinitul orizont în care te adevereşti, în adânc:"*

Al doilea principiu: să folosim cât mai des, cu maximă eficienţă, toate resursele şi energiile benefice latente proprii, precum şi toate energiile benefice ale mediului înconjurător apropiat sau foarte îndepărtat, prin intermediul generării şi menţinerii, în microcosmosul fiinţei noastre, a fenomenului de rezonanţă

Yoghinii înţelepţi consideră că a putea înseamnă, înainte de toate, a crede, intens şi cu tărie, în posibilităţile tainice nelimitate ale fiinţei noastre, care trebuie să se afle într-o cât mai deplină armonie cu întregul macrocosmos. Dar, dacă a şti cu adevărat înseam-nă, de fapt, a putea, a crede cu putere reprezintă cu mult mai mult decât atât, căci aceasta exprimă accesul la însăşi puterea Divină nesfârşită şi, întotdeauna, de aici provine miracolul vindecării atâtor boli care trebuie să fie înţelese ca nefiind altceva decât nişte încălcări ale legilor divine, boli care, uneori, se manifestă ca un deficit al puterii de rezistenţă în faţa unui agresor extern sau intern.

O astfel de credinţă în noi înşine, ca fiind, în

realitate, nişte nuclee divine, reprezintă, în ultimă instanţă, o credinţă puternică în Dumnezeu. Nici un eveniment exterior şi nici o transformare interioară nu pot fi influenţate fără credinţa fermă în propriile noastre capacităţi, daruri, talente. *Altfel spus, noi trebuie să fim optimişti în cel mai înalt grad, căci numai astfel vom reuşi să ne optimizăm la maxim fiinţa şi comportamentul, pornind de la această stare de încredere imensă că prin declanşarea procesului de REZONANŢĂ, forţele benefice nesfârşite, care provin de la Dumnezeu sunt atrase în noi şi pot fi făcute să se manifeste.*

Trebuie, totuşi, să mai precizăm că a crede în mod intens şi necondiţionat în forţa divină nesfârşită care ne poate veni de la Dumnezeu nu este, nicidecum, sinonim cu a dovedi, a demonstra, a fi evident şi nici nu este o consecinţă a acestora. Din acest punct de vedere profund spiritual, sintagma "a crede în Dumnezeu pentru că…" aproape că nici nu are sens. Dimpotrivă, "a crede cu putere în Dumnezeu" înseamnă, înainte de toate, a crede, în pofida anumitor situaţii care, în aparenţă, ne-ar sugera contrariul; înseamnă a crede chiar împotriva probabilităţilor, a statisticii, a legii numerelor mari etc. A crede este astfel un verb adversativ, o sfidare, o provocare, realizată de tot ceea ce este divin în om şi care este adresată lumii, rânduielilor cretine, răutăţilor de tot felul, legităţilor şi impunerilor ei nedrepte care sunt, aparent inexorabile. Noi credem atunci CU TĂRIE în noi înşine şi în Dumnezeu, deşi există în lume moartea, bolile, suferinţele, nedreptăţile, crimele, tortura, delaţiunea, sadismul şi multe altele. În ciuda cumplitului spectacol, pe care omenirea îl afişează în prezent, ceva tainic în sufletul nostru îşi cântă credinţa fermă şi neabătută în Dumnezeu.

A crede cu adevărat în noi înşine şi în Dumnezeu

înlătură orice dubiu, orice rezervă şi orice motivaţie. "Brusca apariţie a unei imense păsări roşii căzute din cer, i-ar pune pe oameni – scria Kierkegaard – faţă în faţă cu un eveniment extraordinar şi senzaţional, care nu le-ar mai îngădui să nu-şi dea seama că au de-a face cu un semn divin cert, unul dintre acelea care sunt, în mod stăruitor, cerute de farisei, scribi şi cărturari. Coborârea de pe cruce a lui Iisus, la Golgota, ar fi putut să fie o asemenea uriaşă pasăre colorată, după ivirea căreia, arhiereilor şi tuturor celor care se aflau în perimetrul acela, nu le rămânea altceva de făcut decât să se supună evidenţei, să îngenuncheze şi să cânte osanale."

Însă, nu aşa acţionează Dumnezeu, şi nu aşa a înţeles Iisus sintagma "a crede în Dumnezeu" ori de câte ori a rostit-o şi, mai ales atunci când S-a adresat lui Toma, la opt zile după înviere. Textele străvechi, atât cele ale creştinismului, cât şi cele ale altor mari religii şi tradiţii spirituale ale umanităţii, arată aproape toate că acest cuvânt de bază – credinţa – (CARE, DIRECT PROPORŢIONAL CU PUTEREA SA, DECLANŞEAZĂ ŞI MENŢINE REZONANŢA) se prezintă ca fiind deasupra oricăror dovezi, fapte constatatoare, înscrisuri, parafe, obiecte vizibile. Înţelegerea acestor evenimente esenţiale, referitoare la credinţa puternică şi adevărată în Dumnezeu, sunt deosebit de importante. *"Să vedem şi apoi o să credem"*, spuneau arhiereii ori, în această direcţie, o contradicţie mai acută aproape că nici nu s-ar putea să existe căci, dacă ei vedeau, nu mai avea nici un sens să se afirme că ei cred în mod necondiţionat în Dumnezeu. Prin

urmare, într-o astfel de situaţie, ei nu ar mai fi putut să creadă cu adevărat din moment ce "vedeau cu ochii" fenomene care le impuneau sentimentul raţional al evidenţei prezenţei Divine, împreună cu irezistibila lui putere de anulare a oricărei ezitări. În realitate, a crede în mod necondiţionat în Dumnezeu, înseamnă a *nu* vedea cu ochii fizici. Apostolul Pavel afirmă cât se poate de limpede: *"Nădejdea care se vede nu mai e nădejde. Cum ar nădăjdui cineva ceea ce vede?"* (Romani, 8, 24). Sau: *"Credinţa este încredinţarea şi dovedirea lucrurilor nevăzute sau, altfel spus, subtile şi spirituale."* (Evrei, 11, 1). Tot el ne indică drumul spre atingerea unei stări autentice de credinţă în Dumnezeu: *"Neprivind la cele ce se văd, ci (am adăugat noi "PRIVIND" PRIN TRANSFIGURARE) doar la cele ce nu se văd."* (2 Corinteni, 4, 18).

În textele creştine, credinţa autentică în Dumnezeu este pusă în legătură cu alte trei elemente foarte importante: libertatea (care este opusul robiei), spiritul (care este opusul literei) şi bucuria extatică (care este opusul întristării ori supărării).

De aceea, credinţa în realitatea noastră divină, în Sinele Nemuritor Suprem *Atman* şi în Dumnezeu Tatăl, nu trebuie să se sprijine nici pe raţiune, nici pe percepţiile simţurilor noastre, care ar putea crea iluzia unor certitudini inexorabile. Credinţa puternică ţine, întotdeauna, de un tainic simţământ lăuntric, de o stare de siguranţă absolută, care este obţinută numai prin dovezi lăuntrice, sufleteşti.

Desigur că verbul *a crede*, ca temelie a religiei, pare straniu; de ce tocmai o vocabulă atât de greu de înţeles, de definit şi de precizat să constituie miezul oricărei căi spirituale autentice? Nu ar fi putut oare marile spirite care s-au încarnat pe această planetă să

găsească o altă vocabulă mai puţin misterioasă, mai accesibilă înţelegerii mulţimii oamenilor şi, la urma urmei – de ce nu? – mai puţin scandaloasă şi mai puţin derutantă pentru oamenii de ştiinţă, raţionalişti şi logicieni, care nu sunt, totuşi, chiar toţi şi în mod total, de cealaltă parte a baricadei ori, altfel spus, zăvorâţi în prejudecăţi?

Mesajul esenţial al acestei situaţii este că nu trebuie să ne lăsăm niciodată ispitiţi de vraja (ori obsesia) căutării şi aflării dovezilor materiale. Fără îndoială, ele pot fi de ajutor unora dintre oameni dar, cu toate acestea, ele nu au nici o valoare pentru cei care ştiu că *"Dumnezeu n-a vrut să-Şi întemeieze împărăţia Sa spirituală pe nisipul iluziilor (adică: ştiinţifice, istorice etc.), ci pe stânca de granit a credinţei autentice."*

Pentru yoghini, CREDINŢA PUTERNICĂ ÎNSEAMNĂ, ÎN REALITATE, INTRAREA ŞI MENŢINEREA ÎN STARE DE REZONANŢĂ CU ASPECTUL ÎN CARE CREDEM.

Dacă, printr-o credinţă puternică, totală şi necondiţionată în Sinele nostru Divin şi în Dumnezeu, noi ne apropiem, în modul cel mai desăvârşit, de realitatea tainică şi divină a lui Dumnezeu, dacă ea este calea cea bună spre extazul eliberării spirituale, nu este totuşi mai puţin adevărat că, fără anumite fapte care să o certifice, credinţa noastră rămâne moartă.

Într-adevăr, credinţa PUTERNICĂ nu are nevoie de nici un fel de dovezi, dar are însă nevoie să fie dovedită. Acţiunile profund benefice şi spirituale care sunt realizate cu o deplină detaşare de scopul propriu-zis al acţiunii, prefac atunci credinţa noastră într-o veritabilă putere creatoare şi îi oferă, totodată, încărcătura energetică şi spirituală necesară trecerii sale din rândul stărilor minunate în acela al realizărilor sublime, din rândul ideilor în acela al "ideii-forţă" capabile să transforme umanitatea.

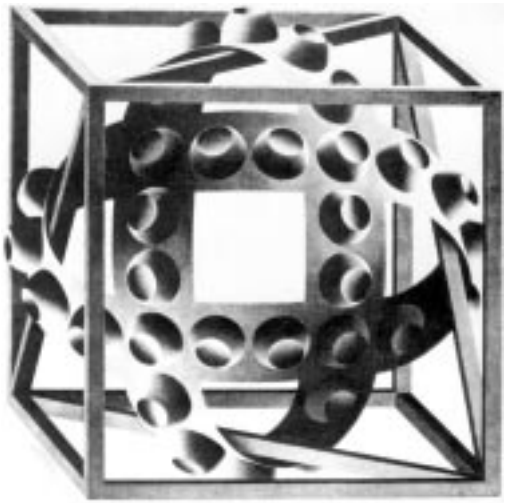
Constatăm că Iisus Cristos pune credinţa orbilor la încercare, întrebându-i în prealabil. Credeţi voi că pot face aceasta?

Din acest celebru episod biblic reiese foarte clar că, întotdeauna, săvârşirea unei minuni implică, înainte de toate, din partea celui în cauză, o credinţă PUTERNICĂ şi necondiţionată de raţiuni logice. Ajutorul lui Dumnezeu şi desăvârşirea minunilor apar ca fiind legate întotdeauna de credinţă. Astfel, ne apare clar că însăşi Graţia Divină are loc şi se desăvârşeşte într-un câmp al efectului de rezonanţă.

Într-o anumită situaţie, Iisus Cristos grăieşte: *"După credinţa voastră o să vă fie vouă"*. Aşadar, ajutorul divin ne este acordat în mod proporţional cu forţa credinţei noastre. Cu cât credinţa noastră este mai mare, cu atât şi ajutorul Său va fi pentru noi mai deplin.

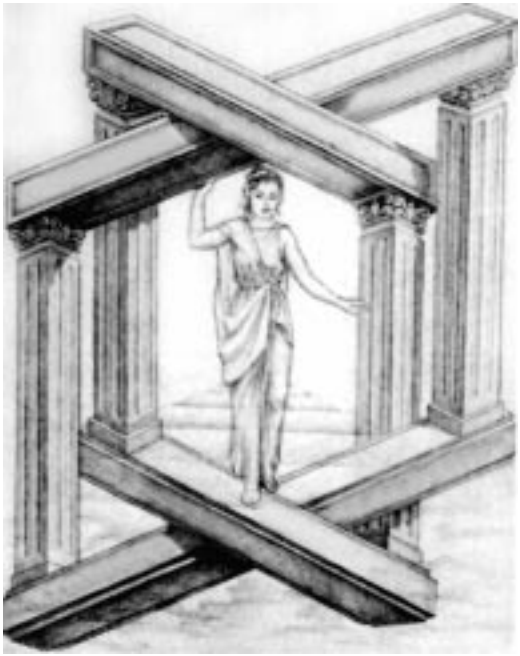
Al treilea principiu: trebuie cât mai des să prevedem şi să transformăm, în special, ceea ce poate fi previzibil şi care poate fi transformat

În această direcţie, trebuie înainte de toate să pornim de la ideea că, fiind lăsate în voia lor şi tratate cu indiferenţă şi indolenţă, toate situaţiile cu care ne confruntăm în viaţă (fie chiar şi cele care ne sunt favorabile) se pot termina prost sau penibil. Tocmai de aceea, este necesar să anticipăm, printr-o mentalizare mai mereu pozitivă (optimistă) felul în care se vor derula evenimentele vieţii noastre. Într-adevăr, încrederea cât mai deplină în Dumnezeu şi abandonarea necondiţionată în faţa Voinţei Sale atotputernice, nu trebuie să ne conducă nicidecum la fatalism, căci această dăruire totală nu înseamnă absolut deloc complacerea în neputinţă sau pasivitate. Această încredere deplină a noastră este necesar să fie însoţită de mentalizarea cât mai precisă a acţiunilor şi a rezultatelor spre care Dumnezeu ne inspiră să ne îndreptăm.



În practică, aceste trei principii foarte simple, dar esenţiale pentru a face din existenţa noastră o stare de sărbătoare spirituală, o sursă aproape continuă de extaz divin, se traduc, în primul rând, prin folosirea corectă şi sistematică a unor tehnici de control al suflului şi a energiilor subtile care sunt asociate acestuia (*prana-yama*), prin utilizarea constantă a unor forme de gândire pozitivă transfiguratoare şi spiritualizantă şi

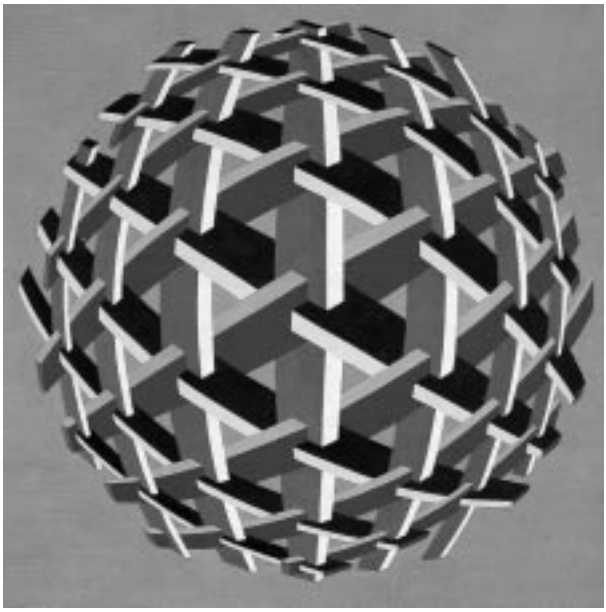
prin aplicarea perseverentă a unor exerciţii de vizualizare creatoare. Graţie învăţăturilor yoghine care au fost integrate în mod ştiinţific unele dintre ele, mai ales, în psihologia transpersonală, tot mai mulţi occidentali, avizi de cunoaştere, încep să folosească ceea ce altădată era apanajul exclusiv al iniţiaţilor: *puterea* şi *cunoaşterea*. Orice cunoaştere iniţiatică, spirituală nu este, în fond, altceva decât un tainic instrument prin care se poate pătrunde, ACUM şi AICI, în adâncurile divine ale propriei noastre fiinţe, aceasta ajutându-ne, totodată, să acţionăm benefic asupra celorlalţi oameni şi asupra lumii, în general. Având la bază aceste principii teoretice, tehnicile yoghine simple de atingere rapidă a stărilor de extaz divin îşi propun ca ţel atingerea simultană a unei stări din ce în ce mai profunde de fericire lăuntrică, de forţă şi eficienţă în acţiune, precum şi instalarea, CA FUNDAL, al existenţei noastre, a unei stări de armonie interioară, care ne va putea conduce la realizări şi performanţe excepţionale. Ca să obţinem cât mai repede asemenea rezultate, nu este neapărat necesar să fim un ascet sau să practicăm yoga de foarte mult timp ci, ÎNAINTE DE TOATE, este suficient să cunoaştem foarte bine şi să aplicăm cu consecvenţă aceste 3 principii fundamentale (neuitând că "UN GRAM DE PRACTICĂ VALOREAZĂ CÂT TONE DE TEORIE"). Cei care vor face aceasta mai mereu vor descoperi, cu o mare încântare, că ŞTIINŢA sau, altfel spus, CUNOAŞTEREA ACEASTA LE CONFERĂ O CONSTANTĂ ŞI NESFÂRŞITĂ PUTERE BINEFĂCĂTOARE.



Cea mai bună cale de amplificare a propriei energii vitale este controlul gradat al respiraţiei prin intermediul unor exerciţii simple de *pranayama*, realizate zilnic.

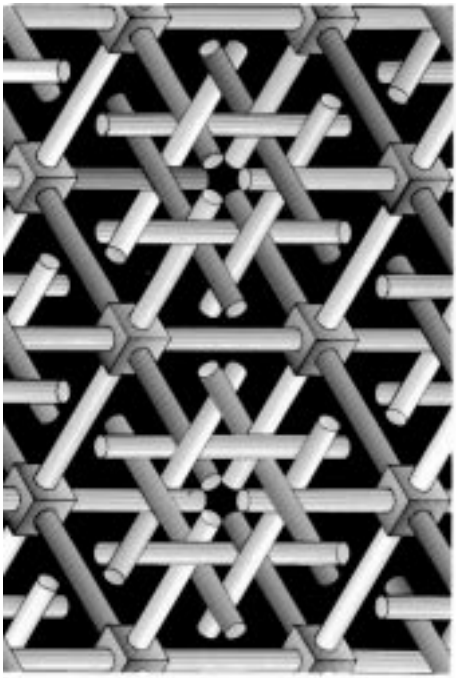
Cum să fim, cu adevărat, noi înşine cu ajutorul respiraţiei controlate

Un studiu sociologic care a fost realizat recent de către savanţii americani a arătat că majoritatea certurilor familiale - care, aşa cum ştim, pot fi o piedică serioasă în calea stării de armonie şi de fericire atât individuală, cât şi în cuplu - izbucnesc, adeseori din motive minore, mai ales în perioada micului dejun sau în cele 5-10 minute de după întoarcerea acasă, la sfârşitul unei zile de muncă. Există, aşadar, două momente de tranziţie în care noi suntem deosebit de vulnerabili, îndeosebi cel de seară, după o zi obositoare în care am fost efectiv bombardaţi cu mii de informaţii şi de stimuli noi, în care am fost confruntaţi cu numeroase agresiuni psihice şi fiziologice şi în care am fost supuşi unei game variate de emoţii, mai mult sau mai puţin agreabile. În ultimă instanţă, aşa cum remarca, cu resemnare, un gânditor contemporan, noi nu avem de ales: ori facem faţă cu succes lumii în care trăim, ori ne retragem la mânăstire. Cei mai mulţi dintre noi optăm pentru prima variantă, drept pentru care trăim într-un mediu exterior, profesional şi familial, care ne saturează cu diferite senzaţii simţurile şi mentalul. Încă o dată ni se evidenţiază că centrarea în Sinele nostru Divin, *Atman* şi regăsirea cât mai grabnică a naturii noastre divine devine, din ce în ce mai mult, o urgenţă stringentă. Din păcate însă, pentru omul obişnuit, care se confruntă cu diferitele situaţii neaşteptate ale vieţii, această întoarcere către sine însuşi este din ce în ce mai dificil de realizat. Şi în acest caz, ca şi în multe altele, va trebui să fim cât mai atenţi, căci binele (călduţ) în care, adeseori, ne complacem, este adeseori, duşmanul lui mai bine (sau, altfel spus, al stărilor de extaz divin).



Adeseori oamenii se bălăcesc în apa stătută a iluziei fericirii trecătoare pe care o

găsesc în bunurile pe care le achiziţionează cu frenezie când, în realitate, fericirea nu este altceva decât căldura faptelor pline de iubire şi satisfacţia durabilă a creaţiilor noastre, care sunt oferite ca ofrandă lui Dumnezeu. Există copaci firavi pe care vântul puternic nu-i fortifică. Tot astfel, există oameni slabi care, pentru că nu vor, nu pot să se depăşească. Dintr-o fericire mediocră ei îşi fac propriul lor crez de viaţă, după ce au distrus, de fapt, cea mai mare parte din adevărata lor fericire. Este ca şi cum aceşti oameni s-ar opri la un han nenorocit şi ar rămâne mereu acolo, pentru toată viaţa.



Regăsirea de sine nu presupune neapărat retragerea în pustiu şi deci nici întoarcerea la un stadiu uterin, aşa cum sugerează unii adepţi ai mişcării pseudospirituale New Age, ci reprezintă, pur şi simplu, recentrarea lăuntrică adevărată şi durabilă, regăsirea şi păstrarea echilibrului interior în orice circumstanţă şi în orice moment. Cea mai simplă cale de revitalizare (de branşare la propria noastră energie vitală şi la sursele nesfârşite de energie benefică din macrocosmos) constă, în primul rând, în controlul respiraţiei. Aceasta nu se referă neapărat la tehnicile propriu-zise de *pranayama*, (aceia care deja le cunosc este FOARTE BINE să le aplice zilnic), ci implică, mai degrabă, o atenţie continuă şi stăruitoare asupra procesului respiraţiei. Acest control gradat nu este deloc dificil de realizat, cu condiţia să respectăm câteva reguli fundamentale şi să practicăm, în mod progresiv, exerciţiile respiratorii şi să nu ne forţăm, în nici un chip, propria noastră natură căci, mai ales în fazele de început, vom constata că fiecare organism îşi are propria sa capacitate naturală de a respira.

Primul pas pe care trebuie să-l facem este să începem prin a ne impune să respirăm numai şi numai pe nas. Pe lângă toate raţiunile de ordin subtil ale acestei atitudini, este util să ştim că aerul astfel inspirat este debarasat de praf şi de alte impurităţi, fiind filtrat de microorganisme,

şi este astfel asimilat mult mai bine în plămâni.

Înainte de a începe asemenea exerciţii simple de respiraţie, este recomandabil să ne pregătim, întotdeauna, căile respiratorii inspirând de mai multe ori pe nas, scurt şi sacadat. În continuare, vom urmări să devenim cât mai conştienţi de modul obişnuit în care noi respirăm. Există, în tradiţia yoghină, câteva elemente semnificative cu privire la modul în care fiecare dintre cele trei tipuri clasice de respiraţie, poate fi pus în legătură cu anumite tensiuni şi probleme cu care ne-am putea confrunta, dacă am realiza mecanic şi inconştient numai şi numai un singur gen de respiraţie.

Aşa cum ştim (cei care suntem avansaţi), din cursurile noastre de yoga despre respiraţia yoghină completă, putem spune că avem o respiraţie "înaltă" sau, altfel spus, claviculară, dacă există tendinţa de a ridica în special coastele şi umerii atunci când inspirăm. În acest caz, diafragma se relaxează, (nefiind presată în jos), iar plămânii noştri sunt atunci privaţi de o mare cantitate de oxigen, ceea ce face "să ne lipsească aerul". Din punct de vedere subtil, acest mod de a respira, mai ales atunci când el este realizat constant, creează o puternică tendinţă către superficialitate şi exteriorizare. Pentru a remedia cât mai repede această situaţie neplăcută, este bine ca, în fiecare dimineaţă, de exemplu, atunci când ne aflăm la baie, în faţa oglinzii, imediat după ce am realizat purificările (*kriya*-urile) de dimineaţă, să realizăm, timp de minim 5 minute, respiraţii în care vom urmări să inspirăm uşor pe nas, lin şi prelung, umflându-ne abdomenul odată cu fiecare inspiraţie. Vom expira, în continuare, foarte lent pe nas, proces care va elimina, în mod spontan, toate tensiunile musculare şi cardiace, precum şi orice fel de încordări lăuntrice. După o perioadă adecvată de practică, vom constata că diafragma noastră s-a decontractat, ceea ce vom observa că determină (ca prin minune) o focalizare spontană la nivelul lui *Manipura chakra*.

Procedând în acest mod, centrul nostru de greutate coboară uşor, astfel încât ne vom putea simţi, cu adevărat, mult mai stabili din punct de vedere fizic şi emoţional, fiind astfel mai puţin vulnerabili la diferitele tipuri de stres. În plus, pentru noi apare mult mai uşor starea de încredere în sine, - care se află în legătură cu primul principiu enunţat - care conduce la dispariţia rapidă a oricăror temeri şi creează premizele trăirii stării intense de mulţumire interioară şi chiar de extaz.

O a doua modalitate clasică de a respira este cea denumită "joasă" (abdominală), manifestată atunci când abdomenul ni se umflă, în mod evident şi preponderent, la fiecare inspiraţie. În acest caz, cea mai mare parte a energiei noastre vitale este mobilizată doar în corpul fizic, în detrimentul structurilor noastre psiho-mentale elevate. Din această cauză, pentru noi survine o tendinţă accentuată de a ne preocupa de planul material. Pentru a putea lupta, pe cale naturală, împotriva oboselii şi a angoaselor de tot felul, împotriva stresului sau a agresivităţii exterioare, este necesar ca, în timpul acestui mic exerciţiu de dimineaţă, să învăţăm să ne dilatăm gradat şi coastele atunci când inspirăm, astfel încât partea superioară a cutiei noastre toracice să participe la rândul ei, în mod activ, în procesul respiraţiei (sau, altfel spus, să învăţăm să respirăm simultan diafragmatic şi intercostal). În aparenţă, această mişcare de dilatare a cutiei toracice nu pare a fi foarte eficientă în asimilarea suplimentară a energiilor *prana*-ice dar, pe termen ceva mai lung, odată cu practica regulată, ea conduce (adeseori după numai câteva zile) la un plus de optimism şi la o mai mare fluiditate a relaţiilor noastre cu lumea exterioară. În mod suplimentar (procedând

astfel), vom reuşi totodată să ne focalizăm mental mult mai uşor şi să punem sub control toate tendinţele inconştiente, gregare, devenind astfel

capabili să punem în practică, mult mai bine, cel de-al treilea principiu, care ne permite atingerea unor stări de extaz divin.

În sfârşit, mai există posibilitatea să avem o respiraţie "mediană" sau, altfel spus, predominant toracică, situaţie în care, atunci când inspirăm, constatăm că doar pieptul se dilată, în timp ce abdomenul se contractă. Această manieră preponderentă de a respira conduce la tendinţa penibilă de risipire a resurselor noastre energetice. Pentru a creşte rezistenţa organismului şi pentru a ne remobiliza energiile subtile în sens ascendent, se recomandă (mai ales în această situaţie) să practicăm alternativ două tipuri simple de respiraţie. Pentru început, este bine să realizăm o respiraţie abdominală, în care vom urmări să inspirăm, cât mai profund, pe nas, dilatând abdomenul, după care urmărim să expirăm lent, contractând abdomenul. Apoi, realizăm o respiraţie inversă, în care inspirăm contractând abdomenul după care expirăm relaxându-l. Procedând în acest mod, reuşim astfel să ne folosim la maxim resursele proprii, punând în aplicare, mult mai uşor, cel de-al doilea dintre principiile fundamentale care ne permit atingerea anumitor stări de extaz divin.

Tradiţia taoistă consideră că, pentru om, ombilicul este "poarta misterioasă a destinului", care ne permite trecerea în "oceanul suflurilor" în care, după aceea, noi ne putem „scălda", după voie, din punct de vedere auric, pentru a ne regenera astfel profund şi durabil.

Modificarea obiceiurilor noastre respiratorii presupune anumite dificultăţi la început dar, după numai câteva exerciţii, care vor fi realizate zilnic cu tenacitate, vom redescoperi, destul de repede, faptul că puterea noastră de adaptare la armoniile şi ritmurile fireşti ale naturii devine cu mult mai mare decât era până atunci. Odată ajunşi în acest stadiu, vom putea trece, în sfârşit, să practicăm ceea ce, în limbaj ezoteric se numeşte "respiraţia embrionară", care este cheia obţinerii unei energii vitale uriaşe

şi a unui control excelent al suflului.

Atât în tradiţia yoghină secretă, cât şi în cea taoistă se afirmă că cel care practică cu tenacitate acest tip tainic de respiraţie se îndepărtează grabnic de bătrâneţe şi poate ajunge chiar la nemurire, trăind adeseori diferite stări prelungite de extaz. În viziunea taoistă ezoterică, ombilicul este "poarta misterioasă a destinului", care permite accesul la "oceanul suflurilor" sau, altfel spus, a energiilor divine nesfârşite în care atunci noi ne putem „scălda" după placul inimii, din punct de vedere auric, în scopul de a ne regenera profund şi durabil. Pentru a deschide această faimoasă "poartă misterioasă a destinului", putem apela la o tehnică respiratorie extrem de simplă, care constă în a reduce, în mod gradat, amplitudinea suflului respirator, până când respiraţia noastră ajunge aproape să se rezume doar la o simplă mişcare superficială (aproape insesizabilă) de intrare şi ieşire a aerului, care se realizează la nivelul gâtului. Tehnica aceasta se realizează, la început, fiind întinşi pe spate, într-o stare de profundă relaxare. Respiraţia noastră atunci este absolut tăcută (ea nu produce nici un zgomot) şi cât mai subtilă, ea nefiind DELOC capabilă, mai ales în stadiile avansate ale practicii, să ridice sau să mişte nici măcar un fulg care este aşezat (PENTRU TESTARE) chiar deasupra nărilor. După fiecare inspiraţie ne vom reţine atunci suflul timp de o singură bătaie a inimii. Pe măsură ce avansăm gradat în practica acestei tehnici, ne vom reţine apoi suflul timp de două bătăi ale inimii, apoi timp de trei bătăi etc., având în permanenţă grijă să nu mărim absolut deloc amplitudinea suflului respirator. După o vreme, vom trăi, plini de încântare, senzaţia că nu mai avem aproape deloc nevoie să respirăm pentru a trăi, căci respiraţia noastră pare că se opreşte în mod firesc. Dacă, printr-o practică atentă şi perseverentă, vom ajunge să o realizăm perfect, această tehnică ne va permite să recreăm înlăuntrul fiinţei

noastre o stare de pace profundă şi un echilibru interior excepţional, pe care vom putea clădi apoi, cu mai multă, uşurinţă un model superior de comportament (fiind adeseori chiar inspiraţi divin în acest sens). Este evident că, odată atinsă această puritate aurică foarte mare, nu ne mai rămâne după aceea decât să mentalizăm noile aptitudini superioare care, după aceea, ne vor conduce adeseori către stări prelungite de fericire şi extaz.

Cum să ne utilizăm conştient şi cât mai bine resursele noastre latente: gândirea pozitivă, transfiguratoare şi profund spiritualizantă.

„Am trecut prin faţa pantofarului, care tocmai era ocupat să înfrumuseţeze papucii cu filigrane de aur, şi am auzit că, deşi aproape că nu mai avea glas, cânta. „Ce-i cu tine pantofarule, ce te face să fii atât de fericit?" N-am ascultat răspunsul, ştiind că avea să se înşele când o să înceapă să-mi vorbească despre banii câştigaţi sau despre ospăţul care-l aştepta, ori despre odihnă. Neştiind că, în realitate, fericirea lui cea mare era aceea de a se transfigura cât mai mult în papucii de aur." (Antoine de Saint-Exupery)

Aşa cum ştim deja, principiul gândirii pozitive transfiguratoare şi profund spiritualizante constă în condiţionarea preponderent benefică şi creatoare a propriului nostru mental, cu scopul de a realiza atât stări intens benefice de rezonanţă cu energii subtile din MACROCOSMOS, cât şi pentru a optimiza în permanenţă răspunsul nostru faţă de situaţiile cu care ne confruntăm, transformând astfel, totodată, situaţiile sau conjuncturile exterioare propriu-zise, cât şi oglindirea lor în fiinţa noastră. Altfel spus, procedând mai mereu în acest mod noi învăţăm, pe de o parte, să reacţionăm pozitiv şi profund spiritual în orice circumstanţă, iar pe de altă parte, reuşim mult mai uşor să ne inspirăm din viaţa acelor rare fiinţe umane care sunt pentru noi veritabile modele pozitive şi spirituale de fericire, împlinire şi reuşită în domeniul care este corespunzător obiectivelor pe care noi ne-am propus să le atingem.

A gândi divin inspirat înseamnă a folosi, în cadrul proceselor mentale,

în special partea dreaptă a creierului. Într-adevăr, la ora actuală se ştie că această emisferă cerebrală favorizează abordările globale, percepţiile imediate, soluţiile intuitive, spre deosebire de emisfera stângă care raţionalizează şi trage concluzii analitice pe baza datelor care îi sunt furnizate, în special, din exterior. Dacă acestea sunt negative, este firesc şi logic ca ea să nu poate trage altă concluzie decât tot una preponderent negativă şi pesimistă. Întreaga artă a gândirii pozitive transfiguratoare şi profund spiritualizante constă, aşadar, în efectuarea acestei tehnici în anumite stări speciale de conştiinţă, cum ar fi, spre exemplu, starea de semi-reverie, care apare chiar înainte de a adormi sau imediat după ce ne-am trezit din somn. Este recomandat să realizăm, de asemenea, aceste mentalizări şi înainte de a începe fie o meditaţie de revelare a Sinelui Divin *Atman*, fie o meditaţie de comuniune cu o Mare Putere Cosmică sau, pur şi simplu, atunci când facem dragoste cu continenţă şi, la un moment dat, starea de extaz divin tinde să apară spontan. Alte momente inspirate sunt mai ales acelea în care emisfera stângă a creierului este deja complet mobilizată de o situaţie care îi solicită din plin întreaga vigilenţă (cum ar fi, de pildă, condusul maşinii, studierea unui text important etc), ea nemaifiind aproape deloc în măsură să joace un rol inhibitor pentru procesele noastre creatoare şi intuitive. Dar, mai presus de toate, reuşita în această direcţie depinde de convingerea noastră lăuntrică sau, altfel spus, de încrederea nemărginită în sine.

Tehnica propriu-zisă este extrem de simplă dar, cu toate acestea, eficienţa ei este foarte mare dacă o practicăm zilnic. Mai întâi, ne vom fixa un „obiectiv" cât mai clar, de ordin general pe care îl vom exprima cu o cât mai mare putere într-o idee forţă: „***Sunt foarte fericit, trăiesc din ce în ce mai des şi intens stări de extaz divin.***"; sau „***Îl iubesc intens şi din tot sufletul pe bunul Dumnezeu şi sunt îndrăgostit de toate fiinţele umane minunate.***";

„Lumea în care trăiesc este întocmai ca un paradis.", "Voi întâlni în curând femeia/bărbatul vieţii mele") sau, în cazul alegerii unui ţel mai precis şi mai concret („*Obţin neapărat - în viitorul apropiat - slujba pe care mi-o doresc, iar aceasta îmi aduce fericirea şi împlinirea profundă a aspiraţiilor mele.*"). Vom repeta mental, de cât mai multe ori, ideea forţă aleasă, mai ales în momentele care au fost deja indicate anterior. Repetiţia plină de convingere va crea gradat un fenomen de autosugestie profund spiritualizantă care, apoi, ne va influenţa favorabil întreaga viaţă interioară, precum şi comportamentul, conducându-ne, în mod progresiv, către atingerea ţelului propus.

Gândirea pozitivă face, totodată, apel la imaginaţie. De aceea, ţelul pe care ni-l propunem trebuie să fie cât mai clar reprezentat mental.

Menţionăm, în continuare, un alt aspect deosebit de important pe care trebuie să-l avem în vedere pentru a trăi intens şi cu uşurinţă stări prelungite de extaz divin: autosugestia profund benefică este **întotdeauna** bazată pe un proces de afirmare (şi, prin urmare, nu trebuie să manifeste nici o negaţie). Ea trebui să fie transfiguratoare şi de aceea nu trebuie să includă nici o formulă negativă sau interogativă. Tocmai de aceea, în afirmaţiile făcute, vom utiliza întotdeauna indicativul prezent. Exprimarea noastră trebuie să fie cât mai clară mental căci, în caz contrar, dacă vom

emite sugestii greşite de genul: "***Dacă reuşesc acum, nu o să mai repet niciodată greşelile pe care le-am făcut***", sau ***" cu puţin noroc, voi reuşi să îmi găsesc şi eu femeia/bărbatul vieţii mele***", sau ***" Orice ar fi o să găsesc totuşi şi eu până la urmă o slujbă care să-mi convină"***, nu ne vom putea, aproape deloc, convinge nici măcar pe noi înşine şi, într-o asemenea situaţie, ideile respective nu vor putea pătrunde în subconştient.

Formulele cele mai eficiente în această direcţie sunt acelea care sunt foarte directe, de genul: "***Voi întâlni în curând acum femeia/ bărbatul vieţii mele***", "***Există deja o slujbă excelentă pentru mine care mă aşteaptă***", „***Graţia lui Dumnezeu coboară, în mod continuu, asupra mea şi prin mine se revarsă, în valuri, asupra celorlalţi.***", „***Sunt o fiinţă permanent binecuvântată de Dumnezeu***", „***Sunt înzestrat cu o virilitate/feminitate perfectă***" etc. În plus, acestea sunt şi mai uşor de memorat. Ele vor fi însă şi mai eficiente dacă ne vom obişnui să le vizualizăm cât mai clar şi precis, folosind totdeauna aceleaşi imagini semnificative pe ecranul nostru mental, proiectându-le în spaţiul subtil al conştiinţei, *Cit Akasha*. Contrar anumitor păreri, care provin în special de la fiinţe umane incompetente în a emite păreri referitoare la acest domeniu, gândirea pozitivă transfiguratoare şi profund spiritualizantă nu face apel în primul rând la voinţă ci, mai ales, la credinţă şi imaginaţie. Tocmai de aceea este inutil să repetăm mecanic o formulă în care, în realitate, noi nu credem, sau să ne fixăm obiective măreţe care, lăuntric, nouă ne apar ca fiind complet inaccesibile. Tocmai de aceea, pentru a atinge stări prelungite de fericire şi extaz pe care,

momentan, noi le considerăm ca fiindu-ne inaccesibile, este preferabil mai degrabă să procedăm în etape, începând cu anumite sugestii cât mai simple referitoare la stări şi situaţii pe care deja noi le considerăm pe deplin realizabile. Când vom ajunge cu adevărat să controlăm mai bine această tehnică şi când îi vom remarca încântaţi primele reuşite, vom obţine, fără îndoială, mai multă încredere în noi înşine şi, astfel, o vom putea aplica în cazul unor obiective mai înalte şi mai măreţe.

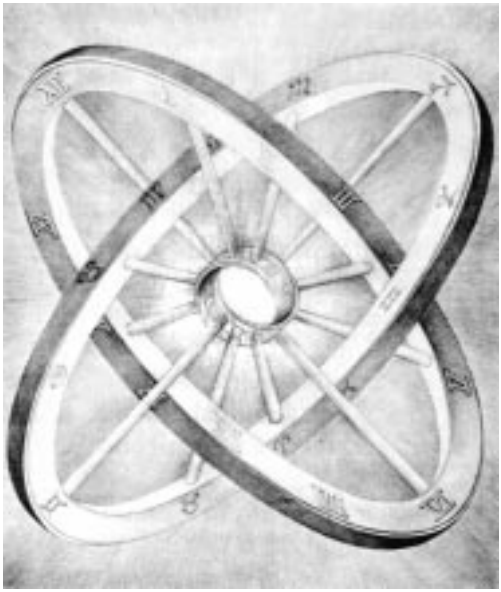
Să învăţăm să prevedem, să anticipăm şi să transformăm ceea ce poate fi transformat: vizualizarea creatoare

„Pietrele ce se află pe un şantier nu stau vraişte decât în aparenţă, dacă există, undeva pe şantier, un om, fie chiar şi unul singur, care are deja în minte catedrala ce se va construi." (Antoine de Saint-Exupery)

Vizualizarea creatoare cât mai clară şi puternică constă în reprezentarea vizuală interioară a unui lucru, a unei fiinţe, a unui eveniment sau a unei acţiuni pe care noi aspirăm cu forţă să o realizăm. Orice om, fie că ştie, fie că nu ştie, practică în fiecare zi, vizualizarea. În funcţie de situaţie, noi ne putem propune în această vizualizare obiective diferite: prevenirea, adaptarea, ori pregătirea în vederea trecerii la acţiune. Vizualizarea creatoare puternică este deosebit de importantă, prin procesele profund benefice de REZONANŢĂ pe care le declanşează în fiinţa noastră cu energiile subtile din MACROCOSMOS. Tocmai de aceea, ea poate deveni o sursă intensă de fericire prin ea însăşi, căci bucuria adevărată a unui om nu se întemeiază, în primul rând, pe folosirea obiectelor create ci, mai ales, pe căldura creaţiei în sine.

Dacă utilizăm mai mereu vizualizarea creatoare puternică într-o manieră cât mai conştientă, ea poate căpăta pentru noi virtuţi de-a dreptul impresionante, permiţându-ne astfel să ne îmbunătăţim considerabil performanţele. Totodată, ea ne ajută să creăm cu uşurinţă strategii pline de succes, ne permite să ne „programăm" mental în vederea reuşitei în absolut orice

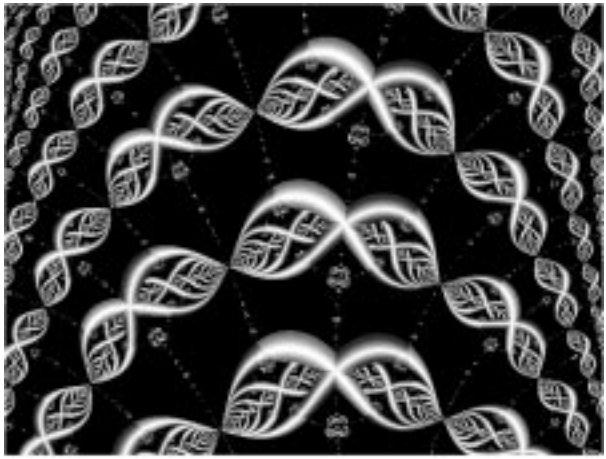
domeniu şi ne facilitează atingerea sau reapariţia diferitelor stări de extaz divin (*Samadhi*). Spre exemplu, în Occident deja s-a demonstrat, prin unele studii ştiinţifice, că dacă este practicată în mod sistematic de către sportivii de înaltă performanţă (îndeosebi de către atleţi, alpinişti, înotători, etc., ea face să apară cu mult mai uşor o mulţime de rezultate benefice care, de multe ori, par incredibile pentru cei care ignoră această metodă. Tehnica vizualizării creatoare puternice a ajuns la ora actuală să fie atât de răspândită, încât face parte din antrenamentul trupelor de şoc americane denumite "Beretele verzi", care învaţă astfel să îşi vizualizeze cu cât mai mare precizie şi putere obiectivele de luptă. Reputată adeseori mai ales pentru efectele sale curative, chiar în boli grave, tehnica vizualizării creatoare puternice, a făcut sau face obiectul a numeroase experienţe de ordin medical, care au demonstrat că ea ajută foarte mult bolnavii să îşi suporte mult mai bine starea de suferinţă, în multe cazuri ea accelerând procesul de vindecare.



Un antrenament foarte important: vizualizarea "celui de-al treilea ochi" (AJNA CHAKRA) şi mentalizarea puternică imaginativă şi anticipativă a scenariilor profund benefice pe care aspirăm să le trăim

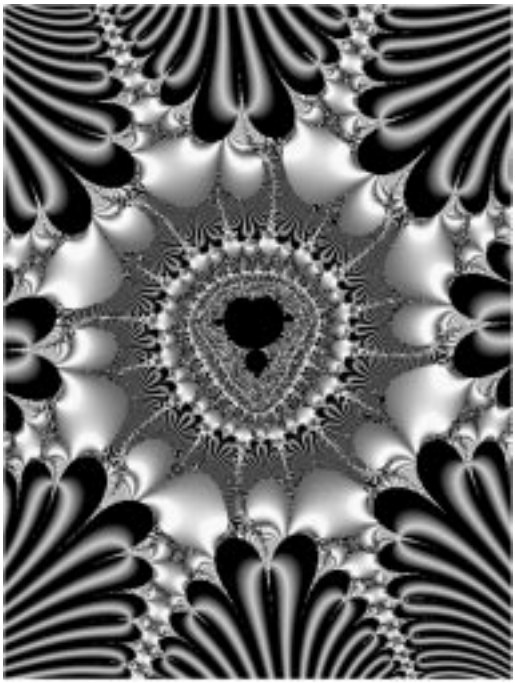
Vizualizarea creatoare puternică trebuie să fie practicată în aceleaşi condiţii de relaxare profundă ca şi gândirea pozitivă intens transfiguratoare şi profund spiritualizantă. Cu puţin antrenament – eventual câteva minute, de mai multe ori pe zi, dar care trebuie să fie realizat în mod regulat -, ea poate deveni pentru noi cu adevărat creatoare, în măsura în care nu ne mulţumim doar să anticipăm, în mod pasiv şi fatal, evenimentele, ci ne hotărâm să acţionăm, în mod ferm şi cu putere, în sensul orientării lor benefice în direcţia în care vrem să le îndreptăm. Treptat, vom ajunge astfel să putem determina cu uşurinţă prin vizualizare creatoare puternică şi profund benefică orice situaţie exterioară şi orice atitudine pe care o dorim. Primul aspect foarte important pe care trebuie

să-l învăţăm în această direcţie este că trebuie să ajungem să ne focalizăm cât mai intens atenţia pe perioade ceva mai lungi de timp. Pentru aceasta, SUPLIMENTAR, ne va fi de un real folos practica zilnică a lui SHAMBAVI MUDRA.



Pentru a realiza aceasta cu uşurinţă, oferim acum o tehnică yoghină foarte simplă: întinşi pe spate, cel mai bine în semiîntuneric şi având ochii închişi, ne vom interioriza şi vom urmări să vizualizăm cu putere şi cât mai clar un punct intens luminos situat în zona din mijlocul frunţii, central (însă în afara cutiei craniene), acolo unde în plan subtil se află *ajna chakra* sau, altfel spus, "cel de-al treilea ochi", ochiul spiritual, prin intermediul căruia avem acces la orice zonă din spaţiul fizic sau care este subtil situată în trecut, prezent sau viitor. La început, este posibil să nu ne fie uşor să ne concentrăm intens şi în mod continuu în acest punct dar, dacă vom persevera, până la urmă vom ajunge să îl vizualizăm sub forma unui cerc intens luminos, cam de mărimea unei monede de 500 de lei. Forţa noastră de concentrare mentală ne poate fi înlesnită dacă vom masa în prealabil în această zonă, cu degetele de la mâna dreaptă, pe care am picurat în prealabil câteva picături de ulei volatil natural de mentă. De îndată ce acest cerc intens luminos poate fi vizualizat cu uşurinţă, ne vom antrena mai întâi pentru a vizualiza cât mai clar acest cerc având, rând pe rând toate cele şapte culori fundamentale ale spectrului luminii, în următoarea ordine: 1) violet, 2) indigo, 3) albastru, 4) verde, 5) galben, 6) portocaliu şi 7) roşu. Rămânem apoi, timp de aproximativ trei minute, focalizaţi asupra fiecăreia dintre aceste culori subtile pentru a o stabiliza. Vom proceda apoi la această vizualizare puternică în ordine inversă, pornind mai întâi de la roşu şi ajungând la violet. Treptat, vom urmări apoi să simţim cum fiecare dintre aceste 7 culori subtile care sunt vizualizate în zona din mijlocul frunţii, în afara cutiei craniene devine sursa unui tip specific de extaz. În continuare, ne vom imagina după aceea că acest cerc intens colorat se deschide şi se închide întocmai ca diafragma unui aparat de fotografiat.

După 14 zile de antrenament realizat astfel, vom putea trece la exerciţiile propriu-zise de vizualizare puternică. Pentru a ne obişnui, în acest mod progresiv, cu acest mod de operare, vom începe prin a crea mental imaginea camerei în care ne aflăm. Apoi, după alte 14 zile, vom trece la reconstituirea, cât mai fidelă însă, din memorie a anumitor scene pe care le-am trăit de curând sau mai demult şi care ne-au impresionat PLĂCUT foarte mult. În toate aceste exerciţii pregătitoare este deosebit de important să atingem o claritate şi o stabilitate pe cât posibil foarte bună a imaginii. În continuare, ne vom fixa, mental, benefic, clar şi cu putere asupra unui anumit obiectiv, spre exemplu, o întâlnire importantă într-una din zilele următoare, sau o situaţie profund benefică pe care ne-o dorim foarte mult şi care ştim că ne-ar genera o stare intens înălţătoare de fericire şi iubire. Oricare ar fi obiectivul profund benefic pe care noi ni-l fixăm, atunci vizualizarea creatoare puternică trebuie să se facă cu aceeaşi notă de firesc şi realitate cu care noi am vizualizat anterior o conjunctură plăcută sau o situaţie minunată de viaţă care deja a fost trăită de noi. Scopul esenţial al acestui procedeu constă în a defini mental, cu putere şi cât mai clar, pentru a-i da astfel "VIAŢĂ", un scenariu profund benefic, care corespunde aspiraţiilor şi necesităţilor noastre profunde. Pentru a avea, pe deplin, garanţia faptului că această operare este într-adevăr benefică şi creatoare pentru noi, ea trebuie să fie însoţită, întotdeauna, de o stare intensă şi persistentă de fericire. Procedând astfel, în cele din urmă, acest scenariu imaginativ, puternic dinamizat şi profund benefic ne va permite să ne atingem cu uşurinţă obiectivul propus. În plus, pentru a reuşi cu succes aceasta, este absolut necesar să ne creăm o imagine mentală, profund benefică şi cât mai precisă cu putinţă referitoare la situaţia mentalizată care



urmează să se producă. Pentru aceasta – spre exemplu, în cazul unei întâlniri, ne vom imagina în detaliu decorul în care urmează să ne aflăm, împreună cu interlocutorii noştri, hainele cu care ei sunt îmbrăcaţi, gesturile şi cuvintele lor. În concluzie, procedând în acest mod, vom prevedea şi vom anticipa cât mai precis totul, chiar şi dialogurile precum şi toate rezultatele profund benefice pe care le vizăm să se producă. Procedând astfel, ne pregătim cu anticipaţie să trăim, în mod efectiv, fiecare situaţie care este vizualizată într-o manieră benefică şi profund spirituală, influenţând astfel, în mod favorabil, mai toate evenimentele decisive ale vieţii noastre. O altă regulă foarte importantă, care este însă ignorată de mulţi, este aceea că orice situaţie benefică pe care noi o anticipăm prin vizualizare puternică, trebuie să fie în prealabil trăită intens imaginativ, fiind asociată, întotdeauna, cu o stare copleşitoare de fericire care va fi generată de certitudinea absolută a reuşitei. Puterea vizualizării creatoare, profund benefice este practic nelimitată, în cazul în care deja am ajuns să controlăm perfect această tehnică. Evident, nu trebuie să uităm că şi ceilalţi şi-ar putea dezvolta, la rândul lor, o putere similară de vizualizare, pe care o pot folosi, într-un sens convergent sau nu celui pe care noi urmărim să-l imprimăm evenimentelor. În această direcţie, este foarte bine să se ştie că acela care deja şi-a dezvoltat extraordinar de mult puterea de vizualizare profund benefică, îi învinge cu uşurinţă pe aceia care şi-au dezvoltat o putere de vizualizare malefică. Este important să reţinem însă că tehnicile yoghine simple pentru atingerea stărilor de extaz divin, presupun un respect deplin al opţiunilor şi al liberului arbitru al celorlalţi, pentru a putea să ne afirmăm, noi înşine, în mod plenar şi deplină armonie cu Voinţa Atotputernică a lui Dumnezeu.

UN ULTIM SFAT, VALABIL PENTRU TOŢI CEI CARE VOR URMĂRI SĂ PUNĂ ÎN PRACTICĂ ACESTE TEHNICI, ESTE CA FIECARE SĂ REALIZEZE TOTDEAUNA CONSACRAREA (DĂRUIREA) FRUCTELOR ACESTOR PROCEDEE FIE LUI DUMNEZEU TATĂL, FIE LUI SHIVA, FIE MARILOR PUTERI COSMICE.

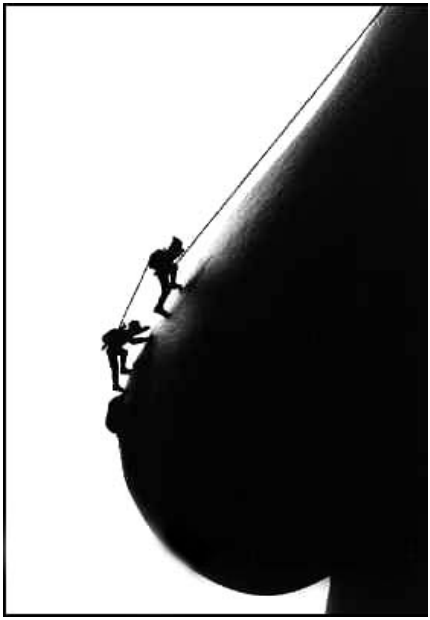
CÂTEVA REPERE FUNDAMENTALE CARE NE PERMIT S□ □TIM DAC□ SUNTEM S□N□TO□I MINTAL

În mod normal, oamenii s□n□to□i au:

- Capacitatea de a iubi şi de a fi iubiți. Fără această însuşire fundamentală ființele umane, mai mult decât toate celelalte mamifere, nu se pot dezvolta.
- Puterea de a accepta schimbarea şi nesiguranța fără teamă şi de a înfrunta teama de irațional, manifestând o stare de optimism practic.
- O disponibilitate de a risca în mod deliberat ori de a se debarasa de obsesia celor mai groaznice scenarii interminabile referitoare la anumite acțiuni pe care urmează să le facă.
- Rezerve de bucurie spontană de a trăi, precum şi o sferă largă de răspunsuri emoționale (inclusiv unele emoții negative, cum ar fi, spre exemplu, supărarea; acestea sunt importante mai ales pentru motivație, la fel de bine cum ele sunt un antidot natural al durerii).
- Contact eficient cu realitatea: nici prea puțin, dar nici prea mult. (După cum spunea T. S. Eliot, ființa umană care nu este suficient de pregătită nu poate suporta prea multă realitate).

- O imagine bogată asupra ambianței care ne înconjoară, care dă lumii posibilitatea să existe speranță şi creativitate pentru a prospera.
- Un grad considerabil de autocunoaştere care ne încurajează exercitarea abilității noastre, atât de autovindecare, cât şi de vindecare a altora.
- Puterea de a spune "Am greşit" şi de a învăța sau de a reține

ceea ce este bun şi valoros din orice experienţă.



- Un sentiment satisfăcător de siguranţă şi de apartenenţă în cadrul grupului din care facem parte şi a societăţii în general.
- Capacitatea de a satisface cât mai bine cererile grupului, combinată cu libertatea de a alege, în funcţie de înzestrările sau talentele noastre, exercitarea acesteia.
- Libertatea propriei exprimări aşa cum o doreşte.
- Capacitatea de a trăi starea de vrajă, de mister şi de a avea un stimulent de venerație, atunci când este cazul.
- Capacitatea de a împlini, în mod firesc şi armonios, dorinţele trupeşti ale sale şi ale altora.
- Un simţ al umorului care, adeseori, poate să compenseze absenţa unor însuşiri din cele ce au fost descrise mai sus.

Fericirea, ca ţel, trebuie, de asemenea, să fie un element important al sănătăţii mintale. Însuşirile de mai sus sunt foarte importante, deoarece ele reprezintă nevoile de bază ale unei persoane. Totodată, însuşirile de mai sus pot fi privite şi ca un fel de proiect care este necesar pentru supravieţuirea rasei umane".

PORUNCILE DIVINE

După opinia specialistului olandez Jan Van Hessing, poruncile care vor fi prezentate aici fac parte din cea de-a doua serie de alte 10 porunci şi ele i-au fost destăinuite de către Dumnezeu lui Moise. Cu toate că ele nu apar în Vechiul Testament, ca şi celelalte zece porunci, multe idei din cele cuprinse în poruncile nou descoperite se regăsesc în Biblie, iar faptul că ele au fost sintetizate "oferă o imagine asupra importanței pe care Dumnezeu a acordat-o acestora", declară Isadore Ginsberg, din Israel, expert în Biblie şi, totodată, membru al echipei de cercetători.

Alger Johnson, care a descifrat cu multă atenție hieroglifele vechi de peste 3.000 de ani, consideră că limba respectivă s-a aflat la baza limbajului folosit de israelieni după fuga lor din Egipt. Potrivit cercetătorului britanic, noile porunci pot fi formulate astfel:

11. Vei descoperi, cu siguranță, viața veşnică, dacă vei cunoaşte şi vei folosi cu înțelepciune unele dintre plantele de leac care cresc.

12. Vei menține mereu pământul curat şi pur.

13. Vei împărți binefacerile Domnului cu aproapele tău şi vei fi smerit.

14. Te vei păzi de lăcomie şi de egoism.

15. Vei respecta femeile, pentru că ele sunt binecuvântate de Domnul.

16. Vei folosi mereu puterea tainică a rugăciunilor pentru a învinge bolile.

17. Vei stârni mânia Atotputernicului DUMNEZEU dacă vei vătăma un copil.

18. Nu trebuie să fii trufaş pentru că tu nu ştii că sunt nenumărate lumi în Împărăția Domnului, iar cei care trăiesc acolo sunt mai buni ca tine şi mult mai supuşi Mie.

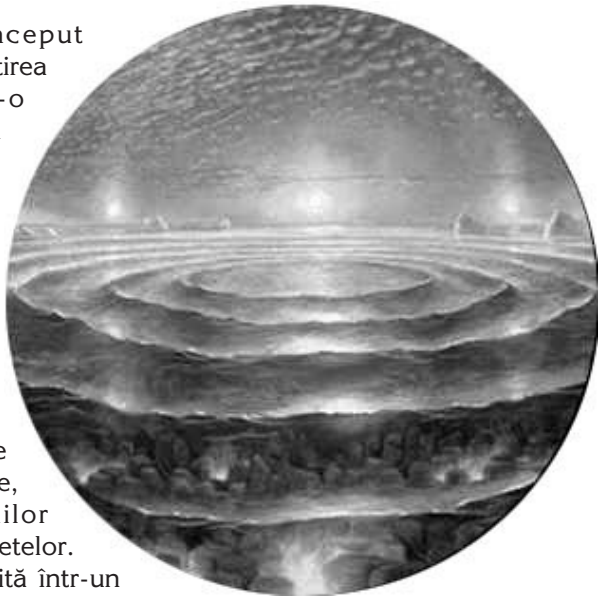
19. Dacă Mă vei asculta şi îmi vei cere mereu să te ajut, o epocă de aur va pogorî pe Pământ.

20. Vei avea locul tău în Rai, dacă îmi vei respecta poruncile.

Specialiştii se întreabă de ce primele zece porunci au fost păstrate în chivotul legii, iar celelalte zece au fost lăsate deoparte. Una dintre explicații ar fi, potrivit lui Alger Johnson: "Probabil că Moise a considerat că unele din poruncile nou descoperite ar fi fost mult prea revoluționare pentru poporul său de oameni simpli şi nu le-a făcut cunoscute pentru că nu a vrut să provoace tulburări".

PUTEREA MIRACULOASĂ A CREDINŢEI

De Pierre Frondaie



De la început mărturisesc că povestirea pe care doresc s-o evoc, naivă şi profundă în acelaşi timp, ca o revelaţie primitivă la limita unui vis, nu este menită să încânte pe domnii cu spirite tari, împietriţi în orgoliul lor de a nu crede nimic. Cu atât mai mult nu va place filosofilor raţiunii pure, nici astronomilor dialogând aspra cometelor.

Mi-a fost povestită într-un mic oraş din Bretagne, pe un prundiş cu pietrişul auriu, în faţa crepusculului, în timp ce soarele avea înfăţişarea unui rege magnific care primea, la ceremonia culcării, o întreagă curte de nori eleganţi, îmbrăcaţi în trandafiriu, într-un castel oarecare din văzduh.

Iar cel pe care-l ascultam era un bătrân marinar bronzat, copt şi răscopt în aroma sării marine de toate razele tropicale, a căror fierbinţeală o simţise în timpul strălucirii lor.

Aşadar, era povestea oarecare a unui oarecare vaporaş foarte vechi, pe care-l admirasem chiar în biserica oraşului; un mic vapor care, la început, când era nou, nu arăta mai frumos decât altele: o jucărie pentru puştani, sculptată grosolan. Dar, ca şi oamenii, la fel de sigur, lemnul îmbătrânise. Acum, datorită nu ştiu cărui aspect venerabil de relicvă, căpătat în această biserică, unde era conservat de două lungi secole, micul vapor părea un bunic minuscul şi fermecător, strămoş al marilor veliere asemănătoare, care porneau în larg.

Aventura, sau legenda, nu s-a şters din memoria oamenilor, ea se păstrează şi se transmite şi acum. Tradiţia orală şi-a făcut datoria. Iar eu

trebuie să remarc, în treacăt, că erau puţine şanse să se uite căci, într-adevăr, ce înseamnă patru generaţii sau chiar cinci?

Aşadar, întâmplarea pe care marinarul mi-o povestise, o ştia de la bunicul său. Acesta o auzise de la străbunicul său, propriul erou al întâmplării.

Astăzi o reproduc aproape cum am auzit-o, imaginându-mi, din comoditate, că sunt primul său povestitor, un marinar din timpul lui Ludovic XIV:

"În iarna anului 1698 ne întorceam dintr-o lungă călătorie în Ţara Insulelor. Eram o duzină de oameni pe bricul pe care-l comandam şi nu mai aveam de parcurs decât câteva ore pentru a zări la orizont coastele abrupte ale Bretagniei. Totuşi, cu tot timpul favorabil de până acum, vremea s-a posomorât apoi, prin nu ştiu ce fel de discordie a vânturilor, marea a început să se agite furioasă, cuprinsă de acea mânie teribilă capabilă să înmoaie chiar şi barba aspră a mateloţilor. Soarele şi-a ascuns strălucirea. Jucam pe valuri ca în dansurile săltăreţe de Sainte Eloi; catargele s-au prăbuşit dintr-o singură lovitură şi trei dintre mateloţi, Jingoel, Pomicais şi Penarvan, lupi de mare haini şi deocheaţi, prea răi pentru a crede în ceva, s-au înecat, scăpaţi pentru totdeauna de binefacerile omenirii. Am rămas şapte, eu fiind singurul căsătorit.

Curând, furtuna dezlănţuită a dat vaporului lovitura de graţie. Am lansat barca de salvare. Bricul s-a scufundat în valuri cu un geamăt al cochiliei sale de lemn, un geamăt profund ca un horcăit omenesc ca şi cum, printr-un ultim efort de protecţie, ar fi aşteptat doar îndepărtarea noastră pentru a-şi da sfârşitul.

Până la barcă am fost la discreţia valurilor şi numai Dumnezeu ştie ce înseamnă furia lor! Între moarte şi noi scândurile fragile făceau faţă cu greu. După câteva minute barca, ultima noastră şansă, s-a scufundat la rândul său şi iată-ne înotând în plină mare. Ah! Doamne! În timp ce ne zbăteam pentru a scăpa de furtună, păream ca nişte contrabandişti în munţi, când în adâncul văilor, când deasupra crestelor. Şi atunci s-a produs miracolul! Dar ştiţi, un adevărat miracol, cum apare doar în cărţi, în dreptul imaginilor bunului Dumnezeu, un miracol ca şi cum vântul

potrivnic ar fi fost alungat de cel din spate: în mijlocul uraganului a apărut un mic vas!

De unde venea? El răsărise în faţa ochilor noştri, ieşit din mare sau căzut din cer! Revolta valurilor nu oprea cu nimic mersul său. El avansa, mai puternic decât forţa talazurilor, care se calmau după trecerea sa. Acelaşi instinct ne-a făcut pe toţi şapte să înotăm spre el şi vaporul, ale cărui pânze băteau ca marile aripi ale arhanghelului, s-a oprit ca să ne culeagă din mare. Prin aceasta înţeleg că am putut ajunge pe punte cu ajutorul unei corzi care pendula de-a lungul corpului vasului. Nici n-am avut timp să discutăm despre cele întâmplate, căci vasul o şi pornise în direcţia coastei.

Atunci am avut bucuria să privim în jurul nostru şi dacă un altul ar fi povestit ceea ce vreau să vă spun, ceea ce am văzut eu singur, nu l-aş fi crezut! Fusesem doar în apă, gata să mor împreună cu camarazii mei şi acuma iată-ne cu toţii spre oraş!

Şapte martori pentru un singur miracol! Nu mai trebuia nici o dovadă în plus…

Niciodată, nici un marinar nu a mai navigat pe un vapor asemănător. Avea o lungime de 12 până la 15 metri şi o lăţime de 3 metri. Nici o scară, nici un tambuchi pentru a pătrunde înăuntru.

Pe de altă parte, enigmaticul nostru salvator nu părea a fi gol ca un balon ci, dimpotrivă, plin ca şi cum ar fi fost tăiat dintr-un singur bloc gigantic.

Dar cine manevra vasul? Nu exista echipaj. Nici o parâmă mobilă, nici o cârmă, nici un greement de care să te poţi servi.

Aproape de roată, un pilot mare, sculptat grosolan din lemn, privea înainte şi părea să transmită navei ordinele unei misterioase Atot-puternicii.

Pe catarg, pânzele cusute neîndemânatic în rare locuri păreau că dispreţuiesc vântul care urla ca un lup în jurul lor. Noi căzusem în genunchi copleşiţi de faptul că ne simţeam în mâinile bunului Dumnezeu. Ne apropiam de pământ cu o viteză prodigioasă.

Deodată, am izbucnit într-un nou strigăt de groază: vaporul se îndrepta direct spre un culoar format din două rânduri de stânci, un culoar atât de strâmt, încât abia avea lăţimea necesară ca să permită trecerea unei bărci. Despicarea miraculoasei carene a vasului ar fi fost fatală. Dar nu. Brusc vasul nostru s-a contractat, păstrându-şi însă proporţiile. A devenit atât de mic, încât am fost nevoiţi să ne strângem unul lângă altul, pentru a avea loc fiecare. În depărtare se zărea Peninsula Bretagne. Alergam spre ţărm cu viteza unei ghiulele de tun, desigur, definitiv salvaţi! Atunci, vaporul a început să devină din ce în ce mai mic, până când, la circa 100 de metri de ţărm, în zona formată de plaja întinsă a trebuit să ne aruncăm în apă. Vasul nostru, refugiul nostru se strângea sub picioarele noastre; îl simţeam fremătând, reintrând, ca să spunem aşa, în el însuşi. Când l-am abandonat şi am ajuns înot până la nisipurile sigure, el a devenit minuscul, asemănător jucăriilor confecţionate prin oraşele noastre, pentru copii.

Stupefiaţi şi plini de recunoştinţă, ne precipitam în apă. Vaporul plutea la câţiva metri pe marea devenită calmă. El dădea impresia unui mic rege al flotelor, al unui sabot pentru picioarele lui Iisus când, odinioară, trecea desculţ pe mare. Obrajii noştri şiroiau de lacrimi şi îndreptam spre cer strigăte nesfârşite de slavă! Datorită lui, acestui mic vapor pentru copii, acestei jucării, care a început să crească pentru a salva oamenii! Nu ne puteam înşela, pentru că eram acolo pe plajă, plini de aplomb şi în viaţă; pentru că în locul unui vapor de dimensiuni obişnuite, nu mai

era decât unul minuscul! În fine, am intrat în apă până la genunchi, am luat între mâinile mele obiectul miraculos şi purtându-l, am pornit cu capul descoperit pe drumul spre oraş. Nu departe de aici ştiam că ne aşteaptă cu maghernițele sale domolite.

…Nu mai spuneam nici un cuvânt. Se lăsase seara. Bolta cerească strălucea plină de stele, iar Luna, atât de calmă, atât de calmă părea că luase faţa unei sfinte… După o oră am ajuns şi miracolul şi-a găsit explicaţie! Ah! Doamne, când spun: "explicaţie"… trebuie să înţelegem.

El se lămurise pentru noi, marinarii dar, în ce priveşte răuvoitorii oraşului… Ah! Ah! Când mă gândesc îmi vine să râd! Răuvoitorii oraşului! Mult prea răuvoitori pentru a înţelege aşa ceva, nu-i aşa?… Pe scurt, iată explicaţia noastră, pentru noi…

Eu o dau ca mulţumire lui Dumnezeu:

Vaporul care ne-a salvat era cel al fiului meu… un dulce copilaş de 10 ani. În timpul veghei, când furtuna îşi începuse rondul, copilul a avut inspiraţia ca, în ruga sa, să ofere Fecioarei Maria noul său vapor, jucăria sa favorită, primită ca dar de Crăciun. El se gândise că prin acest sacrificiu va câştiga mila cerului. Şi cerul l-a înţeles bine. Doamna Maria şi-a întins braţele… şi vaporul s-a mărit, a venit spre noi şi ne-a salvat…apoi, după terminarea rolului său divin, a redevenit mic, mic, mic…

Atunci, pe când oraşul răsuna de cântece de bucurie, l-am transportat la biserică, după altar… iar din acea zi, vechea biserică s-a numit Notre-Dame a micului vapor…"

Iată povestea. Ea valorează atâta cât poate valora. Are cel puţin meritul de a nu fi *psihologică*…

AFORISMELE GENIALULUI ARTIST □I YOGHIN ROMÂN CONSTANTIN BRÂNCU□I

1. NU MAI SUNT DEMULT AL ACESTEI LUMI: SUNT DEPARTE DE MINE ÎNSUMI, DESPRINS COMPLET DE PROPRIUL MEU TRUP – MĂ AFLU EXTAZIAT PRINTRE LUCRURILE ESENȚIALE.

2. Călătoria înspre DUMNEZEU se desfăşoară, în realitate, înlăuntrul nostru.

3. …Şi viața şi moartea, la fel ca şi materia, se confundă, în ultim, într-o formă unică (tăcerea)… Căci totul se scurge în vasul tăcerii – marea oceanică unde se revarsă întregul nostru Univers… Acțiunile noastre, la fel ca orice alt act al existenței pământeşti, tot ceea ce este viu, se prăvăleşte în acest mut şi imens vas: Tăcerea!… *Tăcerea* – a cărei efigie ne relevă noțiuni duale: Timpul şi Eternitatea.

4. Eu mă aflu acum foarte aproape de bunul Dumnezeu: şi nu îmi mai trebuie decât să întind o mână înspre El, ca să îl pipăi!… *Îl voi aştepta* pe bunul Dumnezeu în *Atelierul meu*…

5. Am fost şi eu trimis, de mic copil, la pricopseală, prin lume. Nu mi-am pierdut *legătura* şi nici nu mi-am scos *rădăcinile* – pentru a umbla ca un năuc, pe tot globul. A profitat, pe urmă, şi Arta mea; şi m-am salvat ca OM!…

6. Viața mea a fost o succesiune de *miracole*.

7. Eu am fost, întotdeauna, un *prince-paysan (PRINȚ-ȚĂRAN).*

8. Fiule – Pace profundă şi bucurie! Bucurie imensă şi Pace!…

9. Am făcut şi eu paşi pe nisipul Eternității!…

10. În timpul copilăriei – am dormit în pat.

În timpul adolescenței – am aşteptat la uşă.

În timpul maturității – *am zburat înspre ceruri*!…

11. Viața mea este, de fapt, jocul meu!…

12. Eu am voit să înalț, prin transfigurare, totul dincolo de pământ.

13. Crezul meu: să creezi întocmai ca un Demiurg, să porunceşti întocmai ca

un rege, să munceşti ca un sclav!…

14. Nu vom fi, niciodată, îndeajuns de recunoscători faţă de DUMNEZEU şi faţă de pământul care ne-a dat totul.

15. Viaţa se aseamănă cu o spirală. Nu ştim în care direcţie este ţinta ei. Însă trebuie să mergem în direcţia pe care noi, fiind inspiraţi de DUMNEZEU, *o socotim cea justă*.

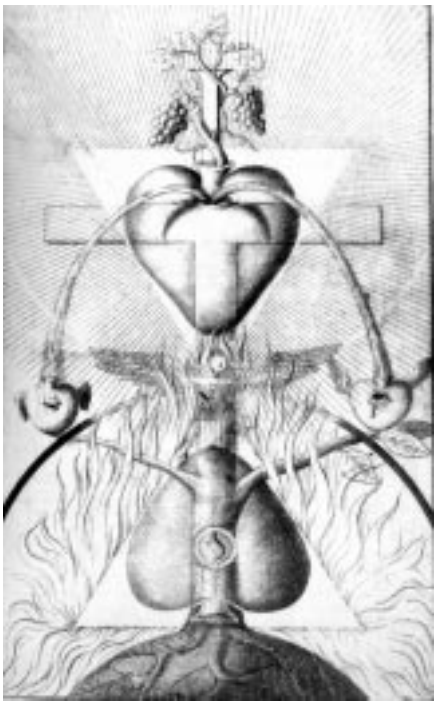
16. Suferinţa modernă îşi are, poate, unele surse în spaima existenţei de mâine, în dezordinile erotice; şi chiar în generalizarea consumului de alcool.

17. Naturalitatea în iubire nu-i, în nici un caz, bordelul – amorul demimondenei rafinate şi nici triunghiul parizian… *Naturalitatea*, în iubire, este tendinţa pasionantă de a atinge, prin transfigurare şi sublimare, Absolutul, amalgamarea aurelor, tinere şi pure – sau dornice de puritate.

18. Naturalitatea în prietenie este emulaţia inteligenţelor similare şi fraternizarea camarazilor. Prietenia este un fenomen de tinereţe – conjugare a meseriilor; şi sfat spre bătrâneţe.

19. Obstacularea prostească a naturalităţii duce la sterilitate – pe toate planurile.

20. Malthus obstaculează iubirea, care nu se mai face cu inima curată, cu toată vlaga şi snaga, ca un zbor al păsării de foc – înspre absolut şi infinit. După Malthus, iubirea se comite acum cu conştiinţa păcatului, cu fereli şi meremetiseli. Au pierit elanul, plenitudinea şi măiestria. Măiastră în iubire, se numeşte naturalitatea. *Măiastra* este chiar Erosul profund transfigurator plenitudinar – inima, vlaga, snaga.



21. Un artist nu trebuie să se însoare… Filosofii antici nu se căsătoreau niciodată. Ei nu întemeiau un cămin. Bărbatul pleacă în bătălii şi moare ca soldat, sau se ia de piept cu însăşi viaţa. Femeia sa trebuie să aştepte ca Penelopa întoarcerea lui Ulise. *Călătoria* aceasta, în realitate, se desfăşoară înlăuntrul nostru.

22. Iubirea imensă cheamă o iubire imensă şi ea. Nu este atât de important

ca să fii iubit, cât mai ales să iubeşti tu – cu putere şi cu toată fiinţa.

23. Capacitatea uriaşă de îndrăgostire şi de dăruire permanentă nu o au decât spiritele cu totul superioare, care sunt dublate de nişte naturi puternice, glandulare, vitale. Prin dragostea *angelică* şi *carnală* te vindeci de multe toxine şi de majoritatea bolilor sufletului. Soarele este marele tămăduitor; însă soarele iubirii necondiţionate îl întrece.

24. Glasul speciei în iubire este motorul care nu se vede şi nu se aude; motorul palpabil şi vizibil mi se pare însă a fi elanul impetuos spre absolut şi unificare, care apare prin sublimarea energiilor amoroase, elan pe care am încercat, de şase ori, să îl redau în chiar simbolistica *Sărutului*.

25. Toate suferinţele vin din… *contrarietate*. Animalele sălbatice nu se jigăresc; cele domestice şi oamenii (în schimb) se jigăresc tocmai pentru că, de foarte multe ori, se lasă roşi de… contrarietăţi. În dragoste mai ales, contrarietatea este şi mai cumplită, căci ea este cea mai mare înşelăciune a naturii.

26. Viaţa noastră este întocmai ca şi o monedă: trebuie să ştii cât mai bine cum să o cheltuieşti; sau, mai exact – cum să o foloseşti cu înţelepciune.

27. Există o diferenţă în limba română între inteligenţă şi deşteptăciune. Eu îi ador pe cei inteligenţi, însă îi detest pe *deştepţi*: căci ei sunt întocmai ca nişte giruete în bătaia vânturilor.

28. Prototipul ţăranilor noştri are două feţe ca şi Ianus: bărbatul de omenie şi gospodarul cuminte, - al naturalităţii, care nu se plânge niciodată, ci surâde şi construieşte. El cunoaşte voioşia ca pe o stare permanentă… În momentele cele mai grele, iese la iveală imediat din el viteazul… Iar aura feeriei îl scaldă în azur.

29. Înainte de a-ţi cumpăra o casă – cumpără-ţi vecinii.

30. Din plenitudinea paradisiacă a ţinutului meu însorit mi-am făurit o rezervă nesfârşită de bucurie, pentru a rezista toată viaţa; - şi numai aşa am putut rezista.

31. În arborele latin, noi (românii) am fost fructul care s-a copt ceva mai târziu. Însă *aici*, la hotarul dintre cele două lumi: Orientul şi Occidentul – unde trăim noi, *avem, fără îndoială, un mare destin*!…

32. Din fericire, astăzi, mai mult ca oricând, ne înclinăm la viţelul de aur şi îngenunchem în faţa sacului cu bani. Ar trebui să ne plecăm plini de admiraţie

înaintea inteligenței harnice, a înțelepciunii şi a meritelor.

33. Rege sau cerşetor – omul este totuna în fața Eternității!

34. Când o societate nu mai cunoaşte, sau amestecă tot mai mult binele cu răul, ea se află deja pe povârnişul pierzaniei.

35. Noi ne jucăm cu gama tuturor pasiunilor, întocmai cum se joacă unii copii de-a stafiile, pentru a-şi izgoni, în felul acesta, spaima de strigoi.

36. Nici o energie morală nu se pierde, în zadar, în Univers.

37. Țăranii români ştiu, de la mic şi până la mare, ce este bine şi ce este rău. Tablele lor de valori sunt cuprinse în proverbele, în datinile şi în doctrina strămbunilor, ca şi în filosofia naturalității pe care ne-a lăsat-o DUMNEZEU.

38. Se poate spune că poezia pură şi divin inspirată este o rugăciune, însă eu ştiu că rugăciunea bătrânilor noştri era o formă a meditației – adică o… tehnică filosofică.

39. Împăcarea profundă cu sine se instaurează gradat în sufletul tău – atunci când te priveşti ca pe un inel dintr-un lanț nesfârşit, al înaintaşilor şi când nu calci, nici măcar cu o iotă, prescripțiile naturalității eterne ce a fost lăsată de DUMNEZEU.

40. Toate dilemele se rezolvă cu uşurință prin unificarea contrariilor.

41. Eliberează-te de pasiuni înlănțuitoare, eliberează-te de pofte josnice, eliberează-te de greşeli – acestea sunt trei precepte, zale şi scut, pentru orice Spirit care aspiră la Eliberarea Supremă. Purtând această armură, eşti mereu puternic în lupta contra răului – şi, astfel, devii invulnerabil.

42. Istoria unei înşelătorii. Toate acestea s-au petrecut în timpuri foarte, foarte îndepărtate, când oamenii nu-şi dădeau încă seama cum de au apărut animalele pe lume.

Într-o zi a vremurilor acelora foarte vechi, un om a întâlnit în calea sa o păsăruică ce îşi clocea liniştită ouăle sale. Şi cum în epocile acelea primare animalele se înțelegeau încă cu oamenii şi puteau vorbi cu ei, el a întrebat-o… *Ce este lucrul acela tăinuit pe care îl săvârşeşte ea?!…* Iar cum păsările erau gentile, amabile, pentru că, în vremurile de demult, animalele purtau un profund respect pentru oameni, chiar un foarte profund respect, în comparație cu ceea ce este astăzi, ea s-a ridicat imediat, pentru a nu ține înaintea-i *un om*; şi pentru a-i putea explica… Şi i-a tot explicat, i-a tot explicat, lungă vreme, ah, într-atât de lungă vreme, încât atunci când s-a reaşezat pe ouăle sale – sărmanele ouă erau deja moarte şi reci…

Iată de ce, şi în zilele noastre, păsările care-şi clocesc ouăle, se fac că le plesnesc ochii de o spaimă mută atunci când oamenii se apropie de cuiburile lor!…

43. Diavolul şi bunul Dumnezeu nu se află separați, în realități; şi nu sunt doar aici sau numai acolo, ci ei sunt… simultan prezenți şi se află pretutindeni.

44. Un Înțelept face, prin transmutarea perfectă, din veninul său interior, remediu pentru sine; sau precept de tămăduire pentru semeni (…) Însă cine abandonează şi nu se luptă cu mult curaj împotriva Răului s-a şi predat deja inamicului.

45. Operele artistice nu ajung niciodată la o desăvârşire completă, pentru că însăşi materia nu este desăvârşită.

46. De câte ori m-am apucat de vreo operă, eu aveam sentimentul că un absolut misterios şi nesfârşit se exprima plenar prin mine – şi atunci, eu nu mai contam deloc ca individ şi nu mai aveam nici un fel de importanță. Aceasta ar trebui să fie şi să rămână relația fiecărui artist față în față cu Lumea.

47. Nebuni sunt toți aceia care consideră sculpturile mele drept abstracte. Ceea ce cred ei că este abstract este tot ce poate fi mai realist, căci realul nu însemnează

forma exterioară a lucrurilor – ci ideea şi esența tainică a fenomenelor.

48. Trebuie să urmăreşti necontenit să urci foarte sus, dacă vrei cu adevărat să vezi foarte departe… Şi merită să încerci să faci *totul*, în speranța că vei putea odată să intri în împărăția sferelor celor înalte ale lui DUMNEZEU.

49. Deviza mea (de artă şi de viață) a fost întotdeauna: *totul sau nimic*.

50. Trăiesc, acum, ca într-un deşert – singuratic, cu *animalele* mele.

51. Nu am făcut niciodată nimic pentru vâlvă (…) Dimpotrivă, am înăbuşit cu încăpățânare, pe cât mi-a stat în putință, orice soi de spectacol (…) Fiindcă gloria este poate cea mai mare înşelătorie pe care au inventat-o oamenii.

Pentru că nu mai sunt umili, oamenii se iau pe ei înşişi chiar prea în serios. Ei vor întotdeauna să fie *cineva*!… Însă această glorie îşi cam bate joc de noi, mai ales atunci când ne tot ținem după ea, iar de îndată ce ne detaşăm complet de ea şi îi întoarcem spatele, ea este cea care… aleargă în urma noastră.

52. India!… Mă simt totdeauna în India ca la mine acasă. Ceea ce îmi place foarte mult în India este vitalitatea enormă, vitalitatea copleşitoare, obişnuită poate numai negrilor şi asiaticilor. (…) În India, am găsit înțelepciunea mea milenară păstrată sub ploile Occidentului şi a tuturor stupidităților; am găsit pacea profundă şi am găsit demnitatea fără de trufie şi amabilitate – fără de slugărnicie.

53. Eu nu fac decât să împing granițele Artelor şi mai adânc – în necunoscut.

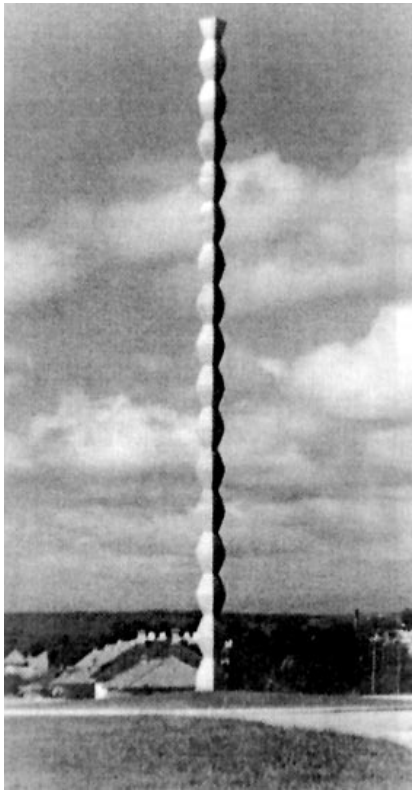
54. Ceea ce fac eu astăzi, mi-a fost dat de către DUMNEZEU ca să fac!… Căci eu am venit pe lume cu o *menire*!

55. Această sculptură (operă de o viață întreagă) va aparține tuturor timpurilor, din pricină că, prin transfigurare şi o viziune arhetipală, am despuiat forma esențială de toate trăsăturile care ar putea să vă povestească despre vreo anumită epocă, sau de vreo perioadă de ani.

56. Acum, la bătrânețe, văd că, în fond, pentru inspirația mea, *Masa tăcerii* este o altă, o nouă *Cină cea ce taină*… Linia *Mesei tăcerii*… vă sugerează curbura închisă a cercului, care adună, uneşte şi apropie…

57. Coloanele *Templului Sărutului* sunt rodul unor îndelungi ani de căutări. La început, am tăiat di-

rect în piatră grupul celor două ființe înlănțuite. Iar apoi, după mai multă vreme (peste 30 de ani!) m-a purtat, constant, gândul spre eternizarea unei înalte *Porți*..., a unei porți la fel prin care, grație transfigurării şi iubirii nesfârşite, să se poată trece *dincolo*…



58. Nu vedeți oare, aceşti ochi?… Profilul acestor doi ochi, (uniți – în *Templul Sărutului*)?… Aceste două emisfere reprezintă Iubirea Nesfârşită. Ce rămâne oare (din noi) în afară de Iubire în amintirea celorlalți, după moarte?… - numai amintirea ochilor plini de Iubire! Şi a privirilor! Cu care ne-am revelat dragostea, pentru oameni şi pentru lume. Ei bine, aceste profiluri ale *Porții Sărutului* reprezintă, în mod transfigurator, contopirea extatică prin dragoste, între bărbat şi femeie.

59. Coloana fără sfârşit este transcenderea glorioasă a Labyrintului.

60. Coloana infinirii se aseamănă şi cu o misterioasă plantă exotică – la care vor să viseze (veşnic) adolescenții – sau cu însuşi pendulul timpului răsturnat.

61. Elementele *Coloanelor mele infinite* nu sunt altceva decât însăşi *respirația* tainică a omului, propriul ei ritm…

62. Du-te! Îmbrățişează *Columna Infinirii* cu palmele mâinilor deschise. Apoi, înălțându-ți plin de recunoştință ochii, priveşte-o – şi vei cunoaşte astfel, într-adevăr, sinele cel nemuritor al cerului.

63. Eu, *forma* tainică şi esențială o caut în tot ceea ce creez.

64. Coloana infinirii va fi, pentru cei care sunt capabili să o descopere, una dintre minunile lumii…

65. Natura zămisleşte o vegetație vânjoasă care creşte drept în sus, de la pământ înspre ceruri. Iată, *Coloana mea fără sfârşit* trăieşte într-o grădină frumoasă – din România… De jos şi până sus, ea are aceeaşi formă şi nu îi trebuie nici piedestal şi nici soclu – ca să se sprijine; iar vântul nu o va dezrădăcina niciodată, căci Ea va rezista pe propriile-i puteri…

66. Gândeşte că, dacă priveşti în mod transfigurator stejarul din fața ta, îți

apare întocmai ca un bunic înțelept şi sfătos. Vorba daltei tale trebuie să fie pentru aceasta respectuoasă şi iubitoare: numai astfel îi poți mulțumi.

67. Nu e nevoie ca forma să fie o monedă acceptată de toată lumea. Forma este o monedă pe care fiecare om de geniu şi divin inspirat o bate cu efigia sa. Când moneda reuşeşte ca să circule, scopul artistului a fost atins; însă, când acceptarea este impusă de către oficialități, atunci nu mai are nici o valoare; şi se ajunge la inflație, aşa cum se întâmplă cu oricare operă de artă, care şi-a câştigat scrisorile de acreditare.

68. Eva se află sus – iar *Adam* jos. Îndatorirea *Evei* rămâne perpetuarea vieții. Încântătoare şi nevinovată, ea este fertilitatea însăşi, un boboc care se deschide, o floare care poartă fructul. *Adam* – cel de dedesubt, este, totodată, şi cel care trudeşte din greu şi răscoleşte pământul.

69. Cei care şi-au păstrat înlăuntru armonia tainică ce există întru toate vietățile – şi care este doar propria lor natură, vor contempla, fără vreo eroare, *Arta divin inspirată; ş* i vor vibra, simțind aproape miracolul tainic al Naturii. Să ştiți că nimic nu a făcut mai mult rău artelor moderne decât avalanşa pseudo-artiştilor care, în neputința lor de a crea ceva, au vorbit într-o limbă ce se afla peste înțelegerea lor…

Să nu confundați niciodată *Arta divin inspirată* cu artiştii cei *noi*!…

70. Primitivii creştini şi africanii negri, sălbatici, au procedat artisticeşte numai prin credință puternică şi prin instinct. Artistul modern procedează şi el mulțumită instinctului, însă vegheat continuu de rațiune. Arta a fost culmea divinizărilor mistice. Se putea uneori citi pe intrările marilor monumente religioase: "O, voi care intrați aici, încredințați-vă mintea şi sufletul în seama puterilor dumnezeieşti!…" Astăzi, însă, arta deschide toate intrările, spre a se putea contempla principiile creatoare – şi frumosul absolut al legii universale.

71. De la formele micro-

cosmosului către cele ale macrocosmosului, varietatea Naturii în concepție sculpturală, ne pare a fi *infinită*. Însă, în infinitatea formelor ei, Natura se ghidează, totdeauna, după o lege tainică ce este constantă şi invariabilă. Căci, fiecare dintre aceste forme şi volume rămâne o creație vie – un individ cu o viață independentă şi cu un caracter inevitabil, personal.

72. În timpurile cele vechi, credința puternică clădea forme adecvate sentimentului religios. Astăzi, însă, arta trebuie să creeze conştient forme pure care este necesar să exprime principiile unor legi universale. Noi nu ştim încă să apreciem destul de bine *calitățile sculpturale* ale Naturii. Frumosul în Natură rămâne, deocamdată, închis cunoaşterii noastre. Singură, Arta divin inspirată ne mai poate procura, în aceste vremuri, cheia înțelegerii şi perceperii frumosului.

73. Să dai senzațiile realității astfel cum ni le procură Natura însăşi, fără doar a reproduce sau a imita, este astăzi cea mai vastă problemă a Artei. A crea un obiect care-ți dă, în mod tainic, prin propriul său organism ceea ce natura face prin miracolul ei etern, este ceea ce arta adevărată aspiră să realizeze. Şi a realiza aceasta, înseamnă a intra în spiritul universal al lucrurilor şi nu a te limita la imitarea imaginii lor. O operă de artă divin inspirată şi astfel concepută, va tinde către echilibrul absolut; iar echilibrul absolut rămâne, totdeauna, perfecta expresie a frumosului.

74. O sculptură perfect desăvârşită trebuie să aibă darul de a-l vindeca pe acela care o priveşte.

75. Nu mai avem nici un acces la spiritul Lumii, poate fiindcă nici nu îl căutăm în noi înşine; însă să nu uităm că trupul omenesc nu este nici el diferit de structura universului.

Statuile mele sunt *ocaziuni* ale meditației profunde. Templele şi bisericile au fost şi au rămas întotdeauna lăcaşuri ale meditației.

76. Atâta vreme cât *obiectele* (sculpturile) nu există decât prin opoziție față de tine însuți, nu ai să poți, niciodată, să îți dai perfect seama de adevărata lor esență. Pentru a ajunge cu adevărat la esență trebuie, înainte de toate, să te detaşezi complet de tine însuți, proiectându-te, până la o perfectă IDENTIFICARE, în acele *obiecte* care, doar astfel, vor putea vorbi în locul tău.

77. *Proporția interioară, tainică* – este ultimul adevăr inerent în absolut

toate lucrurile şi fiinţele.

78. Prin Arta divin inspirată, te vei detaşa mai uşor de tine însuţi. Iar dacă sunt înţelese cu înţelepciune, *măsura* şi *numărul de aur* te vor apropia mult mai repede de Absolut.

79. Există în toate lucrurile o tainică *măsură*, un *adevăr* ultim.

80. Măsurătoarea este uneori vătămătoare, tocmai pentru că există în lucruri… Ele se pot înălţa, prin transfigurare, până la ceruri şi apoi se pot coborî din nou pe pământ – fără să îşi poată schimba proporţiile.

81. Între timp, trec zilele, trec anii. Iar eu caut mereu acea *formă* esenţială, definitivă, nepipăibilă, alunecoasă.

82. Măiestrele şi *Coloana fără de sfârşit*… sunt nişte proiecte care, odată mărite printr-o adecvată transfigurare ar putea să umple toată bolta cerească *şi să o susţină*. Ţelul sculpturii mele rămâne o nobilă simplitate şi o grandoare divină, caldă.

83. Am dorit ca *Măiastra* mea să îşi ridice capul, fără a exprima cumva prin această mişcare mândrie, sfidare sau orgoliu. A fost una dintre cele mai dificile probleme şi numai după o îndelungată meditaţie şi străduinţă, eu am izbutit să redau această mişcare tainică – ca fiind integrată în avântul zborului.

84. Pasărea Măiastră este un simbol al zborului tainic, ce-l eliberează pe om din limitele materiei inerte. Aici am avut de luptat cu două mari probleme. Trebuia să arăt, în formă plastică, sensul spiritului, care este legat de materie. Concomitent, trebuia să fuzionez, prin transfigurare, toate formele – într-o deplină unitate perfectă. Chiar formele contradictorii trebuiau să se unifice într-o comuniune nouă, finală. În filosofia mea asupra vieţii, separarea materiei de spirit şi orice soi de dualitate rămâne o iluzie. Sufletul şi trupul formează, de fapt, o unitate. Prin acest oval al trupului *Păsării măiestre* eu am separat şi am combinat două mişcări imperioase – una deasupra ovalului şi alta – dedesubt. Mă întrebam singur: cum trebuie să balanseze oare formele pentru a da *Păsării un sens tainic al zborului – fără efort*? După cum observaţi, am reuşit

cumva să fac ca *Pasărea măiastră* să plutească.

85. Eu văd, prin transfigurare, această *Pasăre de aur* undeva foarte departe – la o sută de kilometri depărtare şi o percep aievea, de o asemenea măreţie, încât mai că se umple de ea întreaga boltă cerească.

86. Eu nu am căutat, prin transfigurare, în toată viaţa mea, decât *esenţa* tainică a zborului! Zborul – ce imensă şi nepieritoare fericire!…

87. Măiastra!... Ea se zbate aprig, plină de aspiraţie, ca tot ceea ce am realizat, până astăzi, să se înalţe cât mai sus spre ceruri.

88. Păsările măiestre m-au fascinat totdeauna şi nu m-au mai eliberat din mreaja lor niciodată.

89. "Spre imensitatea tainică a văzduhului" – aceasta este *Pasărea mea*. Copil fiind, am visat totdeauna că aş vrea să zbor printre arbori, spre ceruri. De patruzeci şi cinci de ani port în mine nostalgia visului acestuia şi continui să creez *Păsări măiestre*. Eu nu doresc să reprezint o *pasăre*, ci să exprim, prin transfigurare, însuşirea în sine, spiritul ei: zborul, înălţarea, elanul… Nu cred că voi putea izbuti pe deplin vreodată… Dumnezeirea este, pentru cel capabil să o simtă, pretutindeni; şi ţi se revelează aceasta atunci când uiţi cu desăvârşire de tine însuţi, când te simţi umil şi când te dăruieşti în totalitate lui DUMNEZEU. Divinitatea rămâne astfel în opera ta; ea este atunci magică… Ei bine, o doamnă de la New York, care a simţit într-adevăr acest lucru, a îngenuncheat copleşită şi a plâns în faţa uneia dintre *Măiestrele mele.* Iubesc tot ceea *se înalţă* spre DUMNEZEU.

90. Arta (mea) este similară cu realitatea însăşi. Arta divin inspirată nu este o evadare din realitate, ci o *intrare* în realitatea cea mai adevărată – în *singura* realitate valabilă.

91. Ca să redevină copii, oamenii trebuie să înveţe din nou să se joace cu animalele!

92. Ceea ce este real, este numai *esenţa* nemuritoare. Iar dacă te apropii de esenţa ultimă şi reală a lucrurilor, ajungi la o fascinantă simplitate.

93. Orice lucru – fiinţă sau nefiinţă are un spirit. Atunci, la răspântia meseriei

mele, mi-am spus: acest spirit al subiectului trebuie, înainte de toate, să îl redau eu. Căci doar spiritul va fi veşnic viu. Sau, dacă doriți, ideea esențială a subiectului: aceea care, în realitate, nu moare niciodată… Ea creşte, în privitori, ca viața din viață. De la gândul acesta ajungi, în chip firesc, la concluzia că nu amănuntul creează opera, ci ceea ce este divin şi esențial… Am lucrat mult ca să găsesc modul prin care să mi se uşureze calea spre a afla pentru fiecare subiect *forma-cheie*, care să rezume cu putere ideea tainică a acelui subiect. Desigur că aceasta m-a dus spre o artă *non-figurativă*. Este un rezultat oarecum firesc. Eu niciodată nu mi-am propus să uimesc lumea – printr-o trăznaie!… Am judecat simplu, aşa cum vedeți, şi am ajuns la ceva esențial şi tot simplu, teribil de *simplu*: la o sinteză tainică, care este menită să sugereze cea ce voiesc să reprezint. Am ajuns să scot din bronz, din lemn şi din marmură acel diamant ascuns – *esențialul.*

94. Am urmărit să aduc aminte (prin sculptura *Sărutul*) nu numai de această unică şi arhetipală pereche de îndrăgostiți ci, totodată, şi de toate acele perechi anonime, ce s-au iubit vreodată pe această lume, înainte de a o părăsi… Fiecare din sculpturile mele au fost motivate (la origine) de un sentiment foarte profund şi copleşitor.

95. În *Sărutul* nu a fost vorba despre o copie fidelă a două modele – bărbat şi femeie, care se iubesc, ci despre o viziune copleşitoare a iubirii nesfârşite, fără de moarte, pe care eu "am văzut-o" cu ochiul minții. Am eliminat apoi din opera mea tot ceea ce nu era esențialul. Găsiți în această sculptură numai o sugerare a brațelor şi a picioarelor, o sugerare a fizionomiilor. Iar cu cât veți privi mai mult această operă, cu atât mai uşor îi veți descoperi sensul: transfigurarea împreună cu misterul

fecundității și al morții rămâne însuși misterul acestei iubiri – care eu cred că va supraviețui veșnic, chiar și dincolo de mormânt…

96. Academiile și școlile de belle arte ne învață oare virtuozitatea? Oare poți imita un corp viu? Minunea vieții este și rămâne inexplicabilă. Pe pânză și din marmură nu ies decât… cadavre. Arta este altceva decât "redarea" vieții este, înainte de toate, transfigurarea ei. Ar trebui ca fiecare dintre noi să fim artistul nostru, artist mai ales pentru noi, iar nu pentru alții… În fiecare om zac energii nebănuite, asemenea diamantelor ce sunt ascunse în pământ. Fiecare își are însă diamantul său. Artistul divin inspirat prelucrează acest diamant brut, îl frotează și îl taie în zeci de fațete, după forma pe care a întrevăzut-o în măruntaie – și după visul său sublim, interior.

Creația fiecărui artist are nevoie, înainte de a se putea declanșa, de o prealabilă atmosferă misterioasă și paradisiacă, ce îl va inspira.

97. Arta nu este nici modernă și nici veche – este Artă divin inspirată. Numai că timpul perfecționează mintea omenească, iar mintea cere, ea însăși, aceasta… Arta rămâne o mare taină și o credință. Trebuie să ne degajăm de noi înșine și de toată impertinența omenească – numai astfel izbutim să *redescoperim* cu adevărat frumosul… Arta nu s-a dezvoltat decât în marile epoci religioase (…) Și nu uitați că tot ceea ce se creează prin filosofie devine bucurie, pace, lumină și libertate.

98. Arta nu este, niciodată, o întâmplare.

99. Săpând necontenit în *fântânile interioare* eu am dat de izvorul tainic al vieții fără de bătrânețe. Așa este arta divin inspirată: tinerețe fără bătrânețe și viață fără de moarte.

100. Omul își face o lume a lui mai ales pricinuind bucuria celorlalți, prin Artă, însă omul reușește aceasta numai când ajunge la adevărata lumină divină ce se ascunde în el. Pentru asta, trebuie să îl goneşti pe imbecilul din tine. Egocentrismul sufocant îi dezorientează pe oameni și îi scoate din viața lor luminoasă – pentru a îi conduce în întuneric, în închistare și chiar la sinucidere.

101.Cine ar putea să ne spună vreodată când este desăvârşită cu adevărat o operă de artă?!…

102. Prin transfigurare ajungi să uneşti toate formele într-o singură formă şi ajungi *să o faci să fie vie!…*

103. Misiunea principală a artei este să creeze *bucurie*; şi, fiind inspirat, nu poţi crea artistic decât în stare de echilibru şi în pace sufletească… Iar pacea aceea se obţine mai ales prin *renunţare.*

104. Aceia care se lasă permanent ispitiţi să meargă pe urmele competiţiei, lasă, în acelaşi timp, să le degenereze forţele creatoare.

105. Nu doresc niciodată să fiu la modă. Ceea ce este la modă, ca moda trece. Dacă eşti contestat astăzi, nu te teme, nu este nimic; când vei fi cu adevărat înţeles, *vei rămâne*.

106. Suferinţele îl întăresc pe un om şi sunt, uneori, mai necesare decât plăcerea, pentru formarea unui mare caracter. Şi apoi eu găsesc că, întotdeauna, fiecare este singur de vină pentru tot ceea ce i se petrece.

107. Trebuie să fii conştient că ceea ce legi tu aici pe pământ – se leagă şi în ceruri.

108. Oamenii nu îşi dau seama de bucuria intensă de a trăi pentru că, cel mai adesea, nici nu mai ştiu să privească *minunile* Naturii.

109. Eu am pornit întotdeauna de la o *idee* care mi-a fost inspirată de Natură.

110. Cuminţenia pământului a fost şi rămâne pentru mine ceea ce este cu mult mai adânc şi tainic în fiecare femeie!

111. Îmi amintesc mereu: nu m-ai fi căutat, dacă nu m-ai fi găsit deja mai demult!…

112. Eu nu dau niciodată prima lovitură până când piatra nu mi-a spus, în mod tainic, ceea ce trebuie să îi fac. Aştept până când imaginea interioară s-a format bine în mintea mea. Câteodată durează săptămâni întregi până când piatra îmi vorbeşte. Trebuie să privesc, pentru aceasta, foarte atent înlăuntrul ei. Nu mă uit deloc la vreo aparenţă. Mă depărtez cât

mai mult posibil de aparențe. Nu îmi îngădui să copiez… Căci orice imitație simplistă a suprafețelor naturale este fără de viață. Nu posed idei preconcepute. Îndepărtez toate formele accidentale. Transform accidentalul în așa măsură, încât să devină identic cu o misterioasă lege universală… Mă aflu pe făgașul căutărilor. Ne găsim cu toții la sfârșitul unei mari epoci, și este necesar să ne reîntoarcem la începutul DIVIN al tuturor lucrurilor, să regăsim cât mai repede ceea ce s-a pierdut…

113. Îmi este cu mult mai ușor să prind rădăcini și să fac să crească în mine minunate forme noi – decât să le cioplesc în marmură.

114. Să fii isteț este ceva însă, înainte de toate, trebuie să fii onest, aceasta într-adevăr merită osteneala.

115. Există întotdeauna *un scop* tainic în toate lucrurile și ființele. – Însă, pentru a ajunge cu adevărat la el, trebuie să ne detașăm complet de noi înșine.

116. Eu aș vrea să creez la fel de spontan și profund – așa cum respir.

117. Lumea cea decăzută poate fi salvată prin artă. Artistul face, în fond, jucării divin inspirate… pentru oamenii mari; el este ca și viermele de mătase.

118. Cine nu iese din Eu (EGO), n-atinge Absolutul (Îndumnezeirea) și din această cauză nu descifrează nici viața.

119.Trebuie să cauți întotdeauna și să găsești o permanentă *detașare* de tine însuți.

120. Artiștii neinspirați sunt aceia care au omorât Arta.

121. Arta trebuie mai ales să odihnească și să vindece contrarietățile interioare ale omului. Aceste contrarietăți derivă din însuși destinul lui și din tragedia lui. Arta are și această *misiune terapeutică*: să ne amintim în această direcție de Catharsisul aristotelic.

122. Forma specifică a trupului omenesc şi proporţiile sale echilibrate sunt, prin transfigurare, marele DA; prin ele noi ajungem, cu ajutorul intuiţiei, să ne cunoaştem pe noi înşine.

123. Trupul omenesc este *frumos*, mai ales în măsura în care oglindeşte sufletul.

124. Simplitatea genială în artă este, în general, *o complexitate rezolvată*. Pericolul simplităţii fără inspiraţie artistică este… grosieritatea.

125. Simplitatea nu este un scop în Artă, însă ajungi la simplitate aproape fără de voia ta, apropiindu-te de sensul esenţial şi cel real al lucrurilor. Simplitatea aceasta este, în sine, o complexitate – şi, tocmai de aceea, trebuie să te hrăneşti cu *esenţe* pentru ca să poţi să îi înţelegi valoarea.

126. A "vedea" în depărtare este ceva, însă a ajunge cu adevărat *acolo*, este cu totul altceva.

127. Plăcerea cu care lucrează artistul este însăşi inima tainică a artei sale. Fără această inimă – nu există Artă! Şi, în această direcţie, cea dintâi condiţie este să-ţi placă ţie, să îndrăgeşti şi să iubeşti fierbinte ceea ce faci. Să fie, mai întâi, *bucuria* ta. Iar prin bucuria ta să oferi, întocmai ca un releu, o imensă bucurie *şi celorlalţi*.

128. În sufletul meu nu a fost niciodată loc pentru invidie – nici pentru ură, ci numai pentru această *bucurie* uriaşă, copleşitoare, pe care o poţi culege de oriunde şi oricând. Consider că ceea ce ne face să trăim profund şi cu adevărat este sentimentul permanentei noastre copilării în viaţă.

129. Nu cred în suferinţa creatoare.

130. Raţiunea de a fi a artiştilor este aceea de a revela frumuseţile lumii.

131.Lucrările geniale nu sunt greu de făcut, ceea ce este greu – este să ne punem în *starea* de a le face.

132. Nu uita niciodată că eşti artist. Nu îţi pierde curajul. Şi să nu îţi fie teamă de nimic: căci, de vei fi inspirat, vei ajunge la ţel.

133. Arta divin inspirată trebuie să apropie şi nu să

depărteze; să umple şi nu să sape prăpăstii în bietele noastre minți, şi aşa destul de răscolite de întrebări.

134. În arta adevărată, ceea ce este foarte important este *bucuria*. Aveți fericirea să contemplați (- să vă *minunați*)! Aceasta este totul.

135. Nu căutați formule obscure sau false mistere. Căci ceea ce vă dăruiesc eu este *bucurie* curată. Contemplați lucrările mele până când veți ajunge să le vedeți. Cei care sunt aproape de Dumnezeu le-au văzut.

136. Când nu mai suntem *copii,* suntem deja morți.

137. Arta – poate cea mai desăvârşită, a fost concepută în timpul copilăriei umanității, căci atunci omul uita de grijile cele domestice şi lucra cu multă voioşie. Copiii posedă, cu toții, această *bucurie* primordială. Eu aş vrea foarte mult să redeştept sentimentul acesta copleşitor în sculpturile mele.

138. Arta divin inspirată nu face decât să înceapă continuu.

139. Frumosul este armonia absolută.

DESPRE ÎN□ELEPCIUNE, INTELIGEN□□, GENIALITATE □I BUN-SIM□

Cugetările de mai jos oglindesc frământările omului dornic de a sfărâma constrângerile şi dogmatismul filosofilor referitoare la universul său lăuntric.

Iată cum definesc gânditorii înțelepciunea:

- Dintre toate calitățile sufleteşti, cea mai înaltă este înțelepciunea, iar cea mai utilă este bunul simț.
- Un prieten ignorant este mai periculos decât un duşman înțelept.
- Înțelepciunea este pentru suflet ceea ce este sănătatea pentru trup.
- Înțeleptul îşi economiseşte timpul şi cuvintele.
- Înțeleptul este bine pregătit pentru orice situație.
- Adevărata fericire aparține înțeleptului pentru că, dintre toți oamenii, el este cel căruia soarta îi poate lua cel mai puțin.
- Fii sensibil, dar şi înțelept; dacă eşti numai una din două, nu eşti aşa cum trebuie.
- Înțelepciunea este, totodată, ştiința fericirii.
- Înțelepciunea este tăria celor slabi.
- Proştii vorbesc de trecut, înțelepții de prezent, nebunii de viitor.
- Rațiunea şi iubirea se luptă la început, în mod violent, într-un suflet care se înalță, dar înțelepciunea se naşte din pacea care se statorniceşte, în cele din urmă, între iubire şi rațiune.
- Adevăratul înțelept nu este acela care vede, ci acela care, văzând cel mai departe şi cel mai profund, iubeşte cel mai mult pe DUMNEZEU şi oamenii.
- Dacă nu poți fi un om de geniu, aspiră mai bine să fii un om înțelept.
- Încetează de a crede că înțelepciunea este resemnare. Trebuie să ne clădim, totdeauna, înțelepciunea pe ceea ce este real şi nu pe imaginar.
- Moartea nu îl surprinde niciodată pe cel înțelept, pentru că el este, întotdeauna, gata de plecare.
- Înțelepciunea ne ajută să rezistăm cu bine în orice condiții; pasiunile ne ajută să trăim.
- Un înțelept ştie să se bucure, aşa cum trebuie, de plăceri şi este capabil să se lipsească de ele ca de fructe iarna.
- Nu avem nevoie decât de noi înşine pentru a ne înfrânge pornirile dar, uneori, avem totuşi nevoie de alții pentru a discerne ceea ce este îngăduit să urmăm; la aceasta foloseşte prietenia unui om înțelept, care vede pentru noi, dintr-un alt punct de vedere, ceea ce ne interesează să cunoaştem mai bine.
- Am văzut întotdeauna că, pentru a reuşi în lume, trebuie să pari nebun şi, în realitate, să fii înțelept.

- A socoti că pământul, oamenii şi animalele sunt ceea ce trebuie să fie ordinea providenței este atitudinea unui înțelept.
- Omul înțelept se simte fericit când dobândeşte propria sa aprobare, iar nerodul când îl recomandă aplauzele celor aflați mai presus de el.
- Yoghinii înțelepți învață foarte multe din greşelile altora, pe când yoghinii nerozi învață din propriile greşeli.
- Înțelepciunea nu se cunoaşte după îmbrăcăminte.
- Înțelepciunea pătrunde greu într-o minte îndărătnică.
- Înțeleptul nu afirmă nimic cu tărie până nu verifică, în prealabil, ceea ce este adevărat.
- Înțelepciunea este ştiința esențială şi ultimă a vieții.
- Calea de mijloc este ca de aur şi, de aceea, este calea înțelepților.

Se ştie că înțelepciunea este inteligență plus bun-simț şi ea este în strânsă legătură cu trezirea şi dinamizarea centrului Suprem de Contact cu Absolutul sau Dumnezeirea, numit de yoghini Sahasrara.

Puțini şi-au pus totuşi întrebările: "Ce este bunul-simț?" "Cum se poate trezi şi amplifica în ființă?" "Ce fel de legătură trebuie să existe între inteligență corelată cu centrul mental de comandă Ajna chakra şi bunul-simț?" "Ce corelație există între ele şi Sahasrara?"

În primul rând, trebuie să definim ce este bunul-simț. Bunul-simț reprezintă simțul bunătății sau, altfel spus, resimțirea în ființa noastră a Binelui Divin. Bunul-simț se resimte în ființa noastră prin intermediul lui Anahata chakra şi a lui Vishuddha chakra. Şi, în general, persoanele care au treziți aceşti centri de forță îl manifestă spontan şi permanent în comportamentul lor. Prin urmare, atunci când ființa umană este în strânsă rezonanță cu Binele Divin, arhetipal, ea va avea, foarte des, sentimentul că orice acțiune pe care o plănuieşte este în acord sau în dezacord cu Binele Divin.

Acest aspect se conştientizează mai ales atunci când realizăm acțiunile spirituale de consacrare a fructelor acțiunilor noastre şi

ne dăm seama de aceasta în funcție de ce răspuns primim. Noi realizăm acțiunea în deplină armonie cu legile divine atunci când primim un răspuns favorabil sau acționăm împotriva legilor divine şi vom suporta consecințele karma-ice ale acțiunilor noastre atunci când primim un răspuns nefavorabil şi nu ne oprim imediat înainte să acționăm.

Aceasta este starea pe care tradiția populară românească o denumeşte ca "A fi cu inima împăcată". Prin urmare, aceasta înseamnă a fi împăcat în inimă cu Dumnezeu şi această stare generează o mare siguranță şi certitudine în ceea ce priveşte modul nostru de a acționa.

Regula de bază a bunului-simț este cuprinsă în proverbul românesc "Ce ție nu-ți place, altuia nu-i face!". Această lege a reciprocității, pe care o veți studia în amănunt în anul VI al cursului de YOGA, este descrisă şi de Iisus în "Cuvântarea de pe munte" din Evanghelia după Matei: "Dați şi atunci vi se va da!", "Ceea ce voiți să vi se facă vouă oamenilor, faceți-le mai înainte şi voi la fel celorlalți!" "Nu judecați ca să nu fiți judecați!" "Dacă voi nu iertați oamenilor greşelile lor, nici Tatăl vostru Ceresc nu vă va ierta greşelile voastre!"

De asemenea, verificarea oricărei acțiuni sau atitudini a noastră, dacă este sau nu în armonie cu Binele Universal Divin, atunci când nu avem posibilitatea de a medita asupra acestei probleme (exceptând meditația de consacrare) este foarte simplă: să te pui, mental, pe tine în locul celuilalt, acela asupra căruia se răsfrâng consecințele acțiunii tale şi să vezi dacă ție îți plac sau nu aceste consecințe. ATUNCI această verificare esențială prealabilă îți va aduce certitudinea că acționezi într-un mod armonios sau nu.

Această stare de certitudine apare atunci când JIVATMAN sau oglindirea Sinelui individual suprem al ființei aflat în zona de proiecție la nivelul lui Anahata chakra este în fuziune, prin rezonanță, cu ATMAN, Sinele Suprem Divin. Fuziunea profundă şi perfectă dintre Anahata chakra şi Sahasrara, realizată până la identificarea totală a energiei iubirii cu cea a înțelepciunii divine, ne permite trezirea în ființa noastră a Binelui Divin şi, totodată, a bunului-simț, care se va manifesta atunci permanent şi spontan în noi.

Modalitatea prin care această fuziune are loc este cunoaşterea care utilizează ca instrument cunoscător intelectul, BUDDHI, conex cu Ajna chakra. Prin intermediul intelectului, cât şi al intuiției, noi cunoaştem astfel mecanismele sau, altfel apus,

condiționările mentale care ne fac să nu fim în rezonanță cu Binele Divin. Astfel, prin înțelegere, noi putem să deblocăm aceste mecanisme şi chiar să contracarăm aceste tendințe ale noastre, prin intermediul manifestării sistematice a opusului lor. Amplificând în ființa noastră calitățile esențiale ale bunului-simț, cum ar fi: bunătatea, bunăvoința, buna-credință, buna-cuviință, buna-înțelegere, bunul-gust, binefacerea, buna-creştere, blândețea, bucuria, compasiunea şi dragostea, vom ajunge să trezim astfel, spontan, starea de înțelepciune, dacă vom avea inteligența necesară.

Tradiția populară românească, cât şi iluştrii gânditori ai tuturor timpurilor au fost inspirați să prezinte o bogată viziune referitoare la aceste calități esențiale ale omului.

- Orice altă ştiință este dăunătoare aceluia care, deocamdată, nu cunoaşte ştiința bunătății.
- Încrederea în bunătatea celuilalt este, adeseori, o dovadă sigură a propriei tale bunătăți.
- De la omul bun niciodată nu te poți aştepta să facă fapte rele.
- Bunul-simț presupune, de asemenea, respectarea personalității şi a muncii altuia, respectul pentru om şi omenia lui, corectitudine şi loialitate, disciplină liber consimțită, respectul pentru adevăr, tovărăşie în sensul cel mai înalt al cuvântului.
- A avea bun-simț înseamnă a cunoaşte conduita care este cerută într-o situație dată.
- Bunul-simț ne oferă aptitudinea de a judeca şi de a trage concluzii de la prima aruncătură de ochi, considerând atunci numai ceea ce ne este accesibil imediat
- Pentru om, virtuțile şi bunul-simț sunt foarte importante.
- Bunul-simț, care trece drept o trăsătură de geniu a omenirii, trebuie să fie studiat mai întâi în manifestările lui.
- În realitate, bunul-simț este, printre altele, expresia unei experiențe umane

milenare, în care s-au cristalizat norme şi criterii bazate pe o îndelungată verificare în timp, care îi conferă o universală vastitate.

- Bunul-simț este capitalul de bază care este adunat cu încetul şi cu anevoie de muncitorul veacurilor. El este aurul curat, al cărui preț îl înțelege numai acela care l-a pierdut sau care vede cum trăiesc oamenii ce nu-l au. Din partea mea, eu socot că nici o trudă nu-i prea mare pentru ca să câştigi şi să păstrezi bunul-simț, pentru a deveni un clarvăzător cu o judecată adâncă şi bine cumpănită.

Bună-cuviință

- Buna-cuviință pe buze şi mâna la pălărie, nu costă nimic, fiind întotdeauna ceva bine şi frumos. Cei mai mulți, din neştiință, greşesc la cele de cuviință.
- Buna-cuviință se învață întocmai ca şi dansul.
- Buna-cuviință se leagă numai de cele făptuite pe negândite şi care, atunci, spun în mod direct ceva ce nu urmăreau oamenii să spună.
- Cuviincios este omul care simte stânjeneala mai înainte ca greşeala să fie fără de leac şi care o apucă sprinten pe un alt drum. Mai de mare cuviință este însă a ghici dinainte ce trebuie şi ce nu trebuie să spui şi, îndoindu-te de ceea ce nu se cuvine să faci, să laşi gazdei grija de a dirigui conversația.
- Necuviința este, întotdeauna, totodată şi neîndemânare. Cuviința este, aşadar, un obicei şi o uşurință.
- Buna-cuviință mai poartă şi frumosul nume de omenie.
- Cine practică buna-cuviință numai de ochii altora, acela e un om teatral şi prefăcut, care este instruit numai pe dinafară.
- Un om cuviincios este unul care are, în orice clipă, strictul necesar de virtute!
- Necuviința este nu un viciu al sufletului, ci este sinteza mai multor vicii: a înfumurării prosteşti, a necunoaşterii îndatoririlor, a trândăviei, a distracției, a disprețuirii altora şi a invidiei.
- Buna-cuviință adevărată şi statornică, în toate împrejurările, singură nu se poate fără modestie şi discreție, fără de corectitudine şi îngăduință, căci numai acestea dau măsura dreaptă şi în acordarea şi în

primirea semnelor de bunăvoință.

- Buna-cuviință e un fel de a părea, şi în gândul tuturor cuviincios e cel care se arată respectuos, plin de atenție, binevoitor, gata să îndatoreze pe alții şi doritor de a le face tuturor celor care merită o viață plăcută.

Buna-creştere

- Mai bine să laşi copiilor creştere bună decât aur.
- În popor, în general, nimic nu este mai presus pe lume decât semnul creşterii bune.
- Un om bine-crescut nu înseamnă a fi omul care crede că nu trebuie să mai crească.
- Numai o bună-creştere poate face oamenii în stare să păstreze un secret ce le este încredințat.
- Buna-creştere nu ne permite să insinuăm, pe nedrept, că cineva se face vinovat de abateri de la buna-cuviință. Educatorul trebuie să fie, înainte de toate, bine-crescut.
- Lipsa de bună-creştere constă în manifestarea unei nepăsări de a ne face plăcuți şi într-o evidentă lipsă de respect față de cei din jur.
- Stăpânirea deplină a poftelor egoiste este o dovadă de putere interioară de care dau dovadă numai cei bine-crescuți.
- Oamenii bine-crescuți nu pot fi supărători.
- A fi bine-crescut înseamnă a nu permite celui care te înşeală să facă din tine o zdreanță. Omul cel mai bine-crescut este omul care ştie cele mai multe adevăruri şi jigneşte cel mai puțin vanitatea.
- A ne păstra permanent în limitele decenței este o excelentă dovadă de bună-creştere.

Binefacere

- Binefacerea aduce totdeauna binefaceri.
- Printr-o binefacere noi trebuie să fim cu adevărat ajutați şi nu înşelați.
- Cel mai bine este să te bucuri mai mult de binefacerile oferite de tine, decât de cele pe care le primeşti.
- Binefacerea o găseşti mai degrabă la cei buni decât la cei bogați.

- Binefacerile nepotrivite oamenii le socot ca fiind fapte rele.
- Este necinstit cel ce beneficiază din plin de o binefacere şi nu ştie să răspundă la fel.
- Este neplăcut să-ţi pară rău că ai făcut un bine!
- Cine nu ştie şi nu urmăreşte deloc să facă binele, în zadar îl aşteaptă de la alţii.
- Este dublă binefacere să dai ajutor repede celui lipsit de ajutor care are o mare nevoie.

Bunăvoinţă

- Cine are multă bunăvoinţă are şi multă preţuire.
- Bunăvoința are o anumită asemănare cu prietenia, fără a fi totuşi prietenie.
- Bunăvoinţă trebuie să avem şi faţă de necunoscuţi.
- Bunăvoința este provocată de sentimentul bucuriei, al veseliei, al simpatiei şi al entuziasmului; ea moare, înăbuşită de reproşurile permanente, de criticile încrâncenate, de predicile plicticoase.
- Scoateţi din viaţă bunăvoința şi iubirea şi îi veţi scoate astfel tot cea are mai plăcut.
- Omul binevoitor este, întotdeauna, în dilema unui înotător de care caută să se agaţe cu disperare cei ce sunt pe punctul de a se îneca din jurul lui; dacă le întinde un picior sau măcar un deget, uneori şi el este în pericol să se înece.
- Iubirea şi patima pot să zboare, dar bunăvoința va triumfa totdeauna.
- A fi binevoitor când poţi, e o datorie şi, pe lângă aceasta, există unele suflete atât de miloase încât, fără un alt motor al vanităţii sau al egoismului, ele găsesc o aleasă plăcere interioară în a răspândi o mare bucurie în jurul lor.
- Se poate rezista la orice dar, cel mai adesea, bunăvoința este aproape irezistibilă.
- Un om foarte bun nu poate fi decât un om mare.

Bunătate

- Bunătatea în relațiile cu oamenii este principalul farmec al vieții.
- Înainte de toate, fiți buni, căci bunătatea îi dezarmează cel mai mult pe oameni.
- Este mai uşor să fii bun pentru toată lumea decât pentru unul singur.
- Bunătatea nu este, adeseori, decât o iradiere tainică a fericirii.
- Bunătatea nu e o pasiune, ci o nobilă predispoziție a sufletului ce este făcută să cuprindă dragoste, milă şi alte pasiuni generoase.
- Bunătatea este temeiul liniştii şi înțelegerii din familie, ea este izvorul păcii şi al fericirii omeneşti.
- Este înțelept, prudent şi generos a te deprinde, chiar de la vârsta tânără, cu bunătatea, urmărind să atingi tot ceea ce se poate din această virtute, dacă natura nu s-a arătat astfel darnică în ceea ce te priveşte.
- Bunătatea este un dar gratuit al naturii, tot atât de rar ca şi inteligența ori frumusețea.
- Bunătatea unui singur om este cu mult mai puternică decât răutatea a mii de oameni.
- Bunătatea poate pune frâu violenței noastre până în ziua când dreptatea va pune stăpânire pe ea, mult mai bine şi pentru totdeauna.
- Bunătatea înnăscută, care se făleşte că e atât de sensibilă, este adesea înăbuşită de cel mai neînsemnat interes.
- Bunătatea este, totodată, o înduioşare universală pentru tot ceea ce trăieşte, mai ales pentru om, pentru că el, dintre toate ființele, este cel mai predispus spre a suferi.
- Bunătatea are o forță misterioasă care vrăjeşte şi constrânge.
- Bunătatea nu constă în faptul de a face daruri bogate ci, mai ales, în blândețe şi bunăvoință.

Bun-gust

- Bunul-gust constă în a te conforma manierelor străinilor, fără a pierde totuşi, esenţialul în ceea ce priveşte caracterul tău propriu.
- A avea gust sau bun-gust însemnă a putea preţui, în mod adecvat, o împlinire artistică; înseamnă a sesiza, fără ezitări, ceea ce contravine cerinţelor calităţii autentice a unui poem, a unui tablou, a unui spectacol şi a respinge aceste scăderi printr-o reacţie cvasireflexă.
- Bunul-gust provine mai mult dintr-o dreaptă judecată, asociată cu iniţiativa frumosului.
- Un om de bun-simţ va găsi, întotdeauna, măsura ca să nu-şi plictisească semenii, iar ei vor cunoaşte, la rândul lor, măsura unui cuvânt bun, a unui ajutor adecvat care este oferit la timp, a unei dovezi de înţelegere.
- Toate aceste faţete ale bunului-simţ trezite în fiinţa noastră şi aplicate în viaţa de zi cu zi cu inteligenţă, vor sfărâma limitele personalităţii noastre şi vor crea, în mod gradat, un om nou, ce trece cu mult dincolo de limitările individualităţii.
- "Ceea ce provoacă urâţenia vieţii noastre de toate zilele este, adeseori, faptul că trebuie să ne micşorăm până la limitele unui individ."

Şi pentru că inteligenţa ţine mai ales de minte şi de modul cum o folosim, iată cum privesc spiritele inspirate aceasta:

- S-ar putea spune că mintea noastră, cugetând asupra tuturor lucrurilor, se asemănă adeseori cu Soarele care nu poate lumina jumătate din globul pământesc, fără a lăsa cealaltă jumătate scufundată în bezna nopţii.
- Inteligenţa omenească nu e o misterioasă fabrică de adunături absolute. Ea este un factor determinant în sânul realităţii, un centru de activităţi spontane, un creator de ficţiuni, de mituri.
- Inteligenţa îi conferă omului posibilitatea de a folosi, în modul cel mai util, emoţiile precum şi cunoştinţele căpătate anterior, în vederea realizării cu succes a

scopurilor urmărite în viaţă.

- Inteligenţa omenească este, într-o anumită măsură, suma valorilor omeneşti.
- Inteligenţa nu este o unealtă, precum suntem înclinaţi să ne-o închipuim: "este o mână care poate mânui orice unealtă."
- Inteligenţa nu este doar vorbire şi raţionament logic; ea este o mare putere de pătrundere şi convingere.
- Inteligenţa e facultatea de a prelucra experienţa empirică în concepte, de a o ridica la rangul de abstracţiune, de idei.
- Inteligenţa este singurul izvor al desfătării.
- Inteligenţa este o mişcare complexă a minţii care trebuie să o ducă pe aceasta de la inadaptare la adaptare, de la starea de neputinţă la starea de putere. INTELIGENŢA APLICATĂ ESTE PUTERE.
- Inteligenţa este, înainte de toate, facultatea de a raporta un punct al spaţiului la un alt punct al spaţiului, un obiect material la un alt obiect material; ea se aplică tuturor lucrurilor, dar rămâne totuşi în afara lor.
- A fi o creatură inteligentă înseamnă a fi cu adevărat în stare de a dobândi cunoştinţele despre orişice şi a afla adevăratele raporturi ale lucrurilor.
- Inteligenţa noastră este o oglindă fidelă a noastră.
- Nimic nu există în inteligenţă, care să nu fi existat în sensuri.
- Oricât de superioară ar fi o inteligenţă, ea are totuşi nevoie de o disponibilitate realizatoare pentru a organiza o genială idee reformatoare.
- Ingeniozitatea este capacitatea de rezolvare a problemelor cu o abilitate surprinzătoare, dar nu neapărat rapidă.
- Inteligenţa este o facultate de măsură şi ordine, de echilibru şi statornicie.
- Inteligenţa este liberă atunci când ea este în stare de a funcţiona, astfel ca să-şi poată atinge scopul existenţei sale: adevărul.
- Inteligenţă liberă este aceea care funcţionează statornic după normele raţiunii, conchizând just, din date conforme cu realitatea obiectivă şi cu axiomele nediscutabile ale raţiunii.
- Inteligenţa este, pentru unii, un avocat şi nu un consilier al firii individului.
- O inteligenţă dreaptă şi profund pătrunzătoare te duce, în final, la regulile

de purtare, la cinste, la virtute, la ADEVĂR.

- Inteligența vioaie e un ferment care lucrează cu atât mai puternic, cu cât e mai rar.
- Spunem despre un om că este foarte inteligent atunci când reuşeşte să-şi modifice uşor o schemă mintală, să o pună, cu un minimum de prevedere, în armonie cu modificarea condițiilor exterioare, să se adapteze foarte rapid în cazul în care se află într-o situație nouă.
- Inteligența este puterea rapidă de judecată.
- Prin inteligență se înțelege putința cuiva de a se adapta, cu ajutorul gândirii, la situații de mediu noi şi variate.
- O inteligență deviată nu poate fi constrânsă la muncă silnică, fără a provoca un fenomen psihic de apărare.
- Inteligența este, pentru unii, o cunoaştere care se cristalizează atunci când intervin ocolurile şi când cresc distanțele spațio-temporale dintre subiect şi obiect.
- Inteligența este, de asemenea, capacitatea de a utiliza cât mai bine experiența proprie în împrejurări noi.
- Omul inteligent este acela care nu confundă niciodată punctele de vedere.
- Inteligența adevărată este o descentralizare a gândirii.
- Este foarte inteligent acela care ştie să-şi dea o asemenea întrebuințare, încât din ea el scoate, în fiece moment, un maximum de reuşită.
- Când eşti cu adevărat ingenios, nimic nu îți este imposibil din tot ceea ce îți este permis.
- Inteligența este, în acelaşi timp, aptitudinea de a recunoaşte cu uşurință care este adevărul.

Pentru că inteligența dusă la extrem poate trezi în ființă genialitatea conexă şi ea cu centrul Ajna chakra sau cel de-"al treilea ochi", să vedem acum cum este ea considerată de spiritele inspirate şi cum este ea prezentată în proverbe sau cugetări:

- Geniul este, în principal, o chestiune de mare energie.
- Geniul e puterea de a aprinde propriul său foc.
- Geniul nu e decât muncă şi hărnicie.

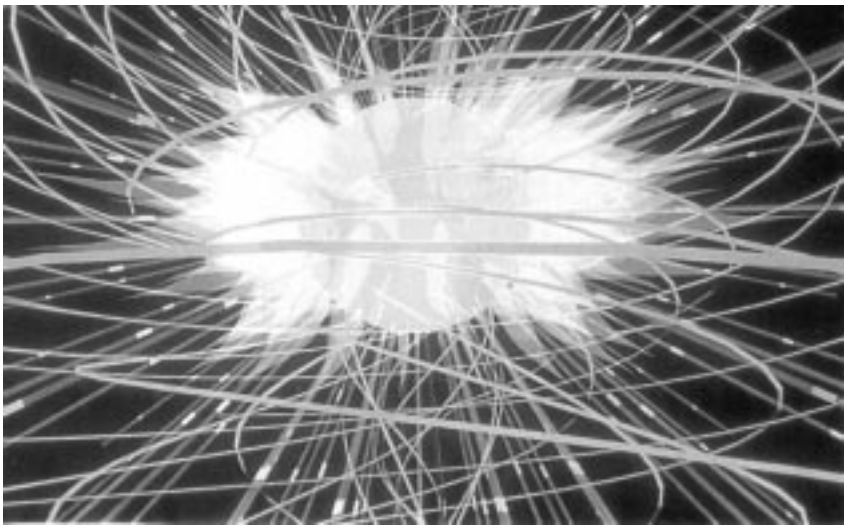
- Geniul nu e altceva decât o mare înclinație către răbdare.
- Geniul, ca să fie complet, trebuie să aibă suflet de bărbat şi inimă de femeie.
- Geniul care este lipsit de ordine şi fără de muncă pierde trei sferturi din puterea lui.
- Geniul, aproape în orice împrejurare, e o chestiune de intuiție pătrunzătoare şi de inspirație.
- Omul de geniu are, în conştiința valorii sale şi în soliditatea gloriei dobândite, un fel de rezervație în care orgoliul său îndreptățit se exercită şi respiră fără să stingherească pe cineva.
- Geniile sunt întocmai ca furtunile: merg împotriva vântului, înfricoşează oamenii, purifică aerul.
- Geniul e aproape întotdeauna simplu.
- Pentru a făuri cu bine aliajul dintre cuvinte, trebuie să avem geniul sau arta poporului, ceea ce e totuna.
- Naşterea unui geniu nu e cu nimic mai prejos decât alte evenimente epocale. Naşterea geniilor nu se şterge, nicicând, din nici un calendar şi din nici o memorie.
- Geniul este, prin definiție, admirabil pentru unii şi incomod pentru alții.
- Genialitatea e pierderea sublimă de sine pentru a glorifica găsirea adevărului.
- Geniul e un dar natural.
- A avea genialitate creatoare nu înseamnă a fi geniu. Geniul cere o dezvoltare extraordinară a tuturor facultăților sufleteşti.
- Genialitatea creatoare e o forță, dar mai presus de combinațiile conştiente ale talentului, mai presus de îndemânările inconştiente ale virtuozității.
- Genialitatea creatoare este o putere aproape instinctivă, oarbă, care–şi impune formele de cristalizare în afară de voința artistului.
- Viziunea geniului îşi face apariția atunci când renunțăm la activitatea prea îndatoritoare a înțelegerii şi îngăduim cele mai mari privilegii sentimentului spontan.
- Valoarea geniului pentru noi se află, înainte de toate, în adevărul pe care el îl spune.
- Aspectul cel dintâi şi cel de pe urmă care i se cere unui geniu este dragostea de adevăr.
- Numai geniul născocește, pentru o idee nouă, cuvântul nou.
- Geniul nu poate fi decât produsul unei atenții puternice, stăruitoare şi

concentrate ce se manifestă într-o artă sau într-o ştiinţă.

- Nivelul cel mai înalt al talentului, supradotarea excepţională, o constituie geniul.
- Se zice că geniul nu-i decât o mare putere de atenţie constant susţinută. Şi în concepţia populară predomină credinţa că oamenii de geniu se remarcă mai ales prin marea lor putere de atenţie voluntară.
- Geniul se află în toate naţiile şi pe tot pământul; are însă trebuinţă numai de slobozenie, ocrotire şi anumite prilejuri, ca să se arate.
- Geniu este unanim considerat omul a cărui activitate are o uriaşă însemnătate general-umană.
- Geniul constituie treapta superioară a înzestrării umane.
- Geniul artistului constă în a descoperi repede, uşor şi neîncetat nu numai ceea ce se poate aplica, ci şi ceea ce este verosimil.
- Geniul nu poate fi falsificat.
- Înţeleg prin geniu înzestrarea spirituală excepţională care permite creatorului de cultură să ofere soluţii originale şi fecunde, purtătoare de germenii unor creaţii noi, într-un domeniu de mare însemnătate.
- Geniul fără o considerabilă ordine nu poate răzbi.

Având toate aceste noţiuni despre bun-simţ şi toate nuanţele prezentate cu privire la inteligenţă şi genialitate, trebuie să nu uităm că noi putem trezi în fiinţa noastră starea de înţelepciune şi ne putem transforma dintr-un om obişnuit într-un om de geniu sau într-un înţelept.

Alegerea ne aparţine, dar reuşita este totdeauna proporţională cu puterea noastră de aspiraţie către atingerea unui asemenea ideal şi cu efortul depus.



GREUTATEA ÎN PLUS ŞI ÎMPLINIREA CORPORALĂ ARMONIOASĂ ADUCE MAI MULTĂ FERICIRE ŞI FACE CA VIAŢA AMOROASĂ (SEXUALĂ) SĂ FIE MAI BUNĂ

Unul dintre cei mai respectaţi oameni de ştiinţă din lume a dezvoltat de curând o teorie conform căreia oamenii foarte bine împliniţi corporal şi armonioşi sunt mult mai fericiţi decât cei slabi.

James Watson, genetician, laureat al Premiului Nobel (unul dintre savanţii care au participat la descoperirea structurii spiralate a ADN-ului), crede cu tărie că femeile armonios împlinite corporal, mai vitale şi cu forme pline se bucură de o viaţă sexuală intensă şi mult mai bună decât femeile care sunt slabe.

Watson care, după cum se ştie, a condus cu succes proiectul genomului uman, şi-a mutat domeniul de interes în controversata ştiinţă a imaginii umane. El a afirmat recent, într-o conferinţă la University College din Londra că cercetările sale deja sugerează că greutatea în plus şi o împlinire corporală armonioasă au anumite efecte biologice care fac ca femeile să capete un caracter mai maleabil şi mai armonios şi, totodată, aceasta le face să fie mult mai înzestrate din punct de vedere sexual-amoros.

"Subţirimea şi slăbiciunea corporală nu au fost niciodată asociate cu sexualitatea", spune Watson, care are acum 72 de ani. "Posh Spice şi

Calista Flochart (vedetă TV) pot să apară ca fiind foarte zâmbitoare în faţa fotografiilor, spune el, dar, cu toate acestea, dincolo de acest exterior strălucitor se ascund, de fapt, nişte suflete slabe şi nefericite.

Studiile sale referitoare la chimia corpului l-au condus la concluzia că, în cazul femeilor, grăsimea în plus şi o împlinire corporală armonioasă are drept efect creşterea numărului de endorfine – ceea ce generează un mod natural de creştere a bunei dispoziţii şi chiar o considerabilă îmbunătăţire a stării sufleteşti – o dată cu aceasta se produce, totodată, creşterea numărului de hormoni sexuali, care conduc la trezirea şi amplificarea dorinţei sexuale-amoroase.

În schimb, atât la bărbaţii slabi, cât şi la femeile slabe s-a observat un efect contrar – creierul primeşte mai puţine endorfine atunci când corpul este slab şi are mai puţină grăsime.

Teoria lui Watson este valabilă în această direcţie, atât pentru femei, cât şi pentru bărbaţi. Explicaţia sa este aceea că, în trecut, omul şi-a petrecut o mare parte din viaţă în căutarea hranei. Răsplata pentru o muncă grea era mâncarea şi aceasta făcea să apară o împlinire corporală armonioasă care determina creşterea în greutate. De aceea, dacă suntem prea slabi, atunci se pare că, în mod inconştient suntem, în mod constant, în aşteptarea următoarei mese.

Watson concluzionează, în termeni evoluţionişti că: “Omul slab este aproape întotdeauna un om nemulţumit. Oamenii foarte mulţumiţi sunt cei care sunt în mod armonios împliniţi corporal. Acesta este, printre altele, motivul pentru care sunt angajaţi mai uşor oamenii slabi, deoarece ei sunt, în general, nemulţumiţi şi, de aceea, vor lucra din greu. Oamenii în mod armonios împliniţi corporal sunt mai bine dispuşi, mai afabili, dar au adesea mai puţin succes în promovarea pe linie profesională.”

Pe de altă parte, s-ar părea că oamenii slabi sunt adeseori împinşi să acţioneze şi din nevoia de a găsi acea fericire care le lipseşte. De aceea, succesul material poate fi obţinut mai uşor (ca o compensaţie – pe un plan inferior însă) de oamenii slabi.

“Kate Moss (manechin faimos de modă) este probabil considerată ca fiind cea mai faimoasă persoană din lume, dar, cu toate acestea, ea arată la corp şi la faţă ca o fiinţă foarte tristă. De altfel, cine cunoaşte vreun super-model fericit?”, întreabă retoric Watson. De ce, pe de altă parte, asocierea dintre asemenea persoane şi droguri este atât de strânsă? Eu cred totuşi că este posibil să nu fie vorba, în cazul ei, de o persoană cu o moralitate foarte slabă, ci doar de o persoană foarte slabă fizic care urmăreşte să-şi

găsească fericirea cu ajutorul stupefiantelor."

Interesul lui Watson în acest domeniu este pur ştiinţific. El a ajuns însă la ceea ce numeşte, în glumă, ultima lui "obsesie", pe care a căpătat-o în timp ce flecărea cu un şofer de taxi din New York, care l-a informat despre un om de ştiinţă din Arizona care, urmărind să creeze un nou medicament, şi-a injectat un hormon care i-a provocat o erecţie neîntreruptă de 8 ore şi jumătate!

Hormonul respectiv este numit MSH (hormonul melanotrop hipofizar), (yoghinii ştiu că glanda hipofiză este în strânsă legătură cu Ajna chakra), şi el este corelat cu dorinţa sexuală şi cu lumina soarelui. "MSH-ul este un hormon care îmi provoca întotdeauna plictiseală înainte de a afla aceste lucruri", spune Watson. Dar, interesul fiindu-i deja stârnit, el a început să cerceteze cu mută atenţie acest hormon şi, astfel, a descoperit că el (MSH) era strâns legat de alţi doi compuşi chimici din corp – endorfinele (care, după cum se ştie, provoacă stările de plăcere şi bună dispoziţie) şi leptinele. MSH-ul s-a constatat că este influenţat de leptine şi, totodată, s-a remarcat că el este strâns legat de dorinţa sexuală.

"Cu cât suntem, mai împliniţi corporal, cu atât dispunem de mai multe leptine şi, este foarte posibil, să avem, atunci mai mult MSH", spune Watson. Opinia mea este că starea noastră sufletească este

controlată, într-o foarte mare măsură, de endorfine şi că, fără îndoială, noi dispunem de mai multe endorfine cu cât suntem mai împliniţi corporal şi armonioşi. Din acest motiv, nimeni nu l-a reprezentat, de exemplu, vreodată pe Moş Crăciun ca fiind slab – pentru că oamenii slabi sunt, adeseori, anemici şi nemulţumiţi". Deoarece MSH-ul este puternic influenţat şi de lumina soarelui, am putea spune că starea noastră de fericire depinde atât de expunerea noastră NUDĂ la soare, cât şi de faptul de a fi mai împliniţi, mai vitali corporal.

"Oamenii cu activitatea sexuală cea mai intensă sunt oamenii vitali şi în mod armonios împliniţi corporal, care se expun complet GOI la soare", mai spune el.

"Acum, eu privesc la cuplurile care sunt în mod armonios împlinite corporal, într-un mod cu totul diferit", spune el. "Dimpotrivă, atunci când văd un cuplu de fiinţe slabe corporal, ştiu că aproape sigur au unele probleme."

Tocmai de aceea, Watson recomandă femeilor cu forme pline şi care sunt în mod armonios împlinite corporal, să-şi găsească iubiţi care ar trebui să fie proporţionaţi pe măsura lor (în ceea ce priveşte energia vitală şi sexuală – n.n.) pentru a avea, în felul acesta, o viaţă cât mai fericită şi satisfăcătoare.

O POVESTE CU TÂLC

Cu 1400 de ani în urmă, Bodhidharma a plecat în China. Bodhidharma a fost primul maestru Zen. Când a trecut graniţa, el purta unul din pantofii săi pe cap. Un pantof îl purta în picior şi unul pe cap.

Împăratul Chinei era pregătit să-l primească. Când l-a văzut, uimit, se gândea: "...ce fel de om o fi şi ăsta?" Împăratul l-a aşteptat pe Bodhidharma gândindu-se că un sfânt, un mare înţelept va veni, iar acest om se comportă ca un clovn! Împăratul era bulversat şi nu se simţea în pielea lui.

Apropiindu-se de Bodhidharma, l-a întrebat: "Ce faceţi, cum vă comportaţi? Lumea râde în hohote şi cred că râde şi de mine, ca împărat, că am venit să vă întâmpin. Asta nu este comportare! Ar trebui să vă comportaţi ca un sfânt..."

Bodhidharma îi răspunde calm: "Numai aceia care nu sunt sfinţi se comportă ca sfinţii. Eu nu sunt un sfânt..."

Împăratul, foarte încurcat, îi spune: "Asta nu înţeleg. Cu un pantof pe cap arătaţi ca un clovn de la circ, nu ca un înţelept!"

"Da, exact! - îi răspunde înţeleptul - tot ceea ce priveşti exterior, fără să vezi, este clovnerie. Aşa cum stai tu aici, mascat în împărat, cu veştmintele tale preţioase, totul este un spectacol. Numai ca să-ţi comunic aceasta port acest pantof pe cap... Totul este aparenţă, spectacol, iluzie... ADEVĂRUL transpare, este dincolo, el nu se află la suprafaţă...

Uită-te în mine, nu la

corpul meu! Faptul că port un pantof pe cap este simbolic. Vreau să spun astfel că nu există nimic nesfânt sau că un pantof este la fel de sfânt ca un cap..."

Împăratul, impresionat, într-un târziu, a spus: "Eu te-am chemat să mă înveţi cum să-mi liniştesc sufletul, mintea, pentru că nu mai am linişte; sunt foarte agitat şi nerăbdător.

Atunci, Bodhidharma îi spune împăratului: "Vino dimineaţa, la ora 4 la mine, dar adu şi mintea ta cu tine. O s-o liniştesc eu, nu-ţi fă griji!"

Împăratul nu ştia ce vrea să spună înţeleptul. El se gândea: "...la ce se referă când spune *dar să aduci şi mintea ta cu tine?!*" Pe când cobora scările templului în care Bodhidharma era găzduit, acesta strigă: "Şi nu uita! Nu veni fără mintea ta! Altfel, ce aş putea rezolva? Adu mintea cu tine, dimineaţa la ora 4, dar vino fără slugi, soli sau oricine altcineva!"

Împăratul n-a putut să doarmă toată noaptea - s-a tot gândit: "...omul acesta este nebun. Dacă eu sunt aici, atunci şi mintea mea este cu mine. Ce înseamnă această accentuare ...*dar adu şi mintea ta cu tine!?*

Uneori se gândea: "...este mai bine să nu mă duc. Cine ştie!? Dacă suntem singuri, poate să mă bată sau ce ştiu eu?! Nu poţi să ai încredere în el, nu poţi să ştii ce o să facă!"

Dar, într-un târziu, se hotărî totuşi să meargă.

Împăratul sosi şi, imediat, Bodhidharma l-a întrebat: "Uite, ai venit; deci, unde este mintea ta?" şi înţeleptul se postă cu o bâtă groasă în mână.

Împăratul îi răspunse: "Dacă eu vin, atunci şi mintea mea vine cu mine. Ea este în interiorul meu şi nu este ceva exterior ce ar trebui să iau cu mine:"

Atunci, Bodhidharma îi spune foarte calm: “Tu spui că mintea ta este în interiorul tău? Atunci aşează-te acolo, închide ochii şi caută să găseşti unde este locul ei. Atunci îmi arăţi unde stă, iar eu o s-o rezolv. Am bâta asta groasă la mine şi îndată o reduc la tăcere, nu-ţi face griji!”

Împăratul închise ochii şi începu să caute în el. Bodhidharma stătea în faţa sa. Împăratul făcea tot efortul, se străduia, căuta şi iar căuta... iar când soarele a răsărit, faţa sa era liniştită: o stare de calm inunda totul în jur... El a deschis ochii şi, atunci, înţeleptul l-a întrebat: “Ai găsit-o?”

Atunci, împăratul a început să râdă: *“Tu ai liniştit-o. Cu cât o căutam mai mult, cu atât mai mult îmi dădeam seama că ea nu este aici. Ea era numai o umbră. Ea era aici pentru că niciodată n-am pătruns în mine; ea era aici pentru că eu eram absent... Atunci când am fost prezent în interior, mintea a dispărut...”*

"Lucrul adâncirii intuiţiei spirituale
Şi convingerile intelectuale
Par a fi la fel.
Însă fiţi atenţi şi nu le confundaţi

Adevărata coborâre a Vacuităţii în minte
Şi obsesia iluzorie a conştiinţei,
Par a fi la fel
Însă fiţi atenţi şi nu le confundaţi."

MILAREPA

CUPRINS

CUM PUTEM DIALOGA, ÎN INTIMITATEA FIINȚEI NOASTRE, CU DUMNEZEU 3

Introducere 5

Iubirea frenetică este forța esențială care îl poate îndupleca pe Dumnezeu Tatăl să răspundă apelurilor noastre sincere 7

Omul aproape că nu îi poate dărui lui Dumnezeu nimic altceva decât dragostea sa pentru el 13

Este oare Dumnezeu personal sau impersonal? 15

Semnificația tainică a expresiei "după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu" 18

În realitate, corpul nostru fizic nu este materie, ci energie 21

Cele cinci elemente *tattva*-ice de bază sau, altfel spus, universale se află la temelia structurării corpului uman 22

A fi una cu Dumnezeu înseamnă, în realitate a fi una cu puterea cea tainică a lui Dumnezeu 25

Dumnezeu Tatăl ne "vorbeşte" prin intermediul vibrației tainice macrocosmice a Creației 28

Vibrația cosmică "vorbeşte" în toate limbile pământului 31

În realitate, noi nu trebuie să ne mulțumim cu nimic altceva în afară de realizarea spirituală supremă a comuniunii totale cu Dumnezeu Tatăl 34

De ce să mai amânăm clipa cufundării în beatitudinea divină a Sinelui Suprem, *Atman*? 36

Singură, numai Împărăția lui Dumnezeu, este cea care contează cu adevărat 37

Dumnezeu Tatăl răspunde numai la întrebările oamenilor adevărați care sunt puri şi sinceri 41

CUGETĂRI ŞI AFORISME 42

TEHNICI YOGHINE SIMPLE DE EXTAZIERE 51

Primul principiu: să fim întotdeauna noi înşine 52

Al doilea principiu: să folosim cât mai des, cu maximă eficiență, toate resursele şi energiile benefice latente proprii, precum şi toate energiile benefice ale mediului înconjurător apropiat sau foarte îndepărtat, prin intermediul generării şi menținerii, în microcosmosul ființei noastre, a fenomenului de rezonanță 53

Al treilea principiu: trebuie cât mai des să prevedem şi să transformăm, în special, ceea ce poate fi previzibil şi care poate fi transformat. 58

Cum să fim, cu adevărat, noi înşine cu ajutorul respirației controlate 60

Tradiția taoistă consideră că, pentru om, ombilicul este "poarta misterioasă a destinului", care ne permite trecerea în "oceanul suflurilor" în care, după aceea, noi ne putem „scălda", după voie, din punct de vedere auric, pentru a ne regenera astfel profund şi durabil. 64

Cum să ne utilizăm conştient şi cât mai bine resursele noastre latente: gândirea pozitivă, transfiguratoare şi profund spiritualizantă. 66

Gândirea pozitivă face, totodată, apel la imaginație. De aceea, țelul pe care ni-l propunem trebuie să fie cât mai clar reprezentat mental. 68

Să învățăm să prevedem, să anticipăm şi să transformăm ceea ce poate fi transformat: vizualizarea creatoare 70

Un antrenament foarte important: vizualizarea "celui de-al treilea ochi" (AJNA CHAKRA) şi mentalizarea puternică imaginativă şi anticipativă a scenariilor profund benefice pe care aspirăm să le trăim 71

CÂTEVA REPERE FUNDAMENTALE CARE NE PERMIT SĂ ŞTIM DACĂ SUNTEM SĂNĂTOŞI MINTAL 75

PORUNCILE DIVINE 77

PUTEREA MIRACULOASĂ A CREDINȚEI 79

AFORISMELE GENIALULUI ARTIST ŞI YOGHIN ROMÂN CONSTANTIN BRÂNCUŞI 84

DESPRE ÎNȚELEPCIUNE, INTELIGENȚĂ, GENIALITATE ŞI BUN-SIMȚ 101

GREUTATEA ÎN PLUS ŞI ÎMPLINIREA CORPORALĂ ARMONIOASĂ ADUCE MAI MULTĂ FERICIRE ŞI FACE CA VIAȚA AMOROASĂ (SEXUALĂ) SĂ FIE MAI BUNĂ 115

O POVESTE CU TÂLC 121

Iată cum îți vezi iubita atunci
când o transfigurezi

Iată cum îți vezi iubita atunci
când o transfigurezi